

Universidade do Porto
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

**LUTOS DE HETERONORMATIVIDADE:
PERDAS E (RE)CONFIGURAÇÕES PSICOLÓGICAS DAS IDENTIDADES
LÉSBICAS E GAYS**

Ana Filipa Rodrigues Pereira

Outubro, 2016

Dissertação apresentada no Mestrado Integrado de Psicologia,
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade
do Porto, orientada pelo Professor Doutor **Nuno Santos Carneiro**
(FPCEUP).

AVISOS LEGAIS

O conteúdo desta dissertação reflete as perspectivas, o trabalho e as interpretações da autora no momento da sua entrega. Esta dissertação pode conter incorreções, tanto conceptuais como metodológicas, que podem ter sido identificadas em momento posterior ao da sua entrega. Por conseguinte, qualquer utilização dos seus conteúdos deve ser exercida com cautela.

Ao entregar esta dissertação, a autora declara que a mesma é resultante do seu próprio trabalho, contém contributos originais e são reconhecidas todas as fontes utilizadas, encontrando-se tais fontes devidamente citadas no corpo do texto e identificadas na secção de referências. A autora declara, ainda, que não divulga na presente dissertação quaisquer conteúdos cuja reprodução esteja vedada por direitos de autor ou de propriedade industrial.

Agradecimentos

A realização desta dissertação tem para mim um significado muito especial, contudo, nada disto seria possível sem o apoio daqueles que caminharam ao meu lado, que me amparam e me deram a mão sempre que precisei, a eles deixo algumas palavras carregadas de uma profunda gratidão:

Ao *Professor Doutor Nuno Carneiro*, por quem ganhei uma admiração profunda ao longo desta caminhada, pela forma como me recebeu desde o primeiro dia, pelo cuidado, pelo rigor, pela forma como abraçou as minhas ideias e me conseguiu motivar a fazer sempre cada vez mais e melhor. Por permitir-se escutar, de forma tão genuína, todas as inquietações, todas as dúvidas e inseguranças que foram surgindo e por preencher os espaços com palavras de incentivo e de apoio incansável. Pela unicidade da sua orientação e por tantas outras coisas...

À *Professora Doutora Conceição Nogueira* e à *Doutora Sara Magalhães* por terem criado um lugar confortável de partilha de experiências e por estarem sempre disponíveis e atentas, permitindo-me expandir aprendizagens. Pelos desafios e pelo entusiasmo que colocaram no meu caminho...

Aos meus *queridos pais*, pois sem eles nada disto seria possível, pela forma apaixonada e orgulhosa com que abraçaram a minha caminhada e me motivaram. Por permitirem transformar muitas das coisas em que acreditavam e por me amarem de forma incondicional, pura e simples. Por tudo o que me deram, por tudo o que me dão diariamente e por me deixarem voar sabendo que posso sempre voltar ao vosso ninho...

À minha querida *Diana*, por ter chegado num momento crucial na minha vida e por ter mudado a minha realidade. Pelo apoio incansável e pela motivação. Por estar sempre disposta a ouvir os meus desassossegos e por ter a capacidade de acalmar os meus medos. Por ser um porto seguro e tornar os meus sonhos coloridos. Pela forma como preenche a minha vida com amizade, carinho, alegria, amor e com tantas outras coisas...

À minha maninha do coração *Andreia Santos*, por ser parte da família que escolhi. Por acreditar sempre em mim e por me ter ajudado a tornar numa pessoa melhor. A minha caminhada sem ela não seria a mesma. Pelas palavras de carinho e incentivo que guarda sempre para mim, pela tua amizade sincera e verdadeira...

À *Teresa Teixeira* pelas conversas “terapêuticas”, ao longo desta caminhada, que nos acalmavam a alma e a enchiam de motivação. Pela cumplicidade, pelo apoio, pela motivação e amizade...

Aos/às colegas de Seminário que acompanharam este processo e que através das inúmeras partilhas me fizeram aprender e crescer. A eles expresso a minha gratidão, em especial ao *Tiago* e à *Rita*...

Ao meu querido *Fernando* por ser como um irmão para mim. Pelo amor que me tem que me acompanha sempre apesar da distância...

À minha querida *Tia Augusta* e ao meu *Tio Pedro* por serem como uns segundos pais que me acompanham e apoiam sempre em tudo. Pelo vosso amor incondicional e pelo orgulho que tantas vezes manifestam ter em mim...

À *Aninhas* pela amizade e pelas palavras de incentivo ao longo destes 5 anos...

À *Nocas* e à *Xana* por estarem sempre dispostas a ouvir-me e por me fazerem sempre pensar sobre as coisas de uma perspetiva diferente. Pelo carinho e amizade...

A todos os *amigos e amigas* que preenchem a minha vida de uma forma ou de outra e me ajudam a colori-la independentemente de tudo...

Às/aos *participantes* deste estudo por me abrirem as portas das suas vidas e dos seus sofrimentos de forma tão espontânea e genuína. Por me deixarem percorrer os caminhos da sua aceitação e por fazerem sentir que o meu trabalho é útil e extremamente importante para dar voz e sentido às suas lutas diárias. Por serem uma inspiração, por fazerem das fragilidades as vossas maiores forças, por tanto...

*Há um pássaro azul no meu coração
Que quer sair
Mas eu sou demasiado duro para ele,
E digo, fica aí dentro,
Não vou deixar
Ninguém ver-te (...)*

*Há um pássaro azul no meu coração
Que quer sair
Mas eu sou demasiado duro para ele,
E digo, fica escondido,
Queres arruinar-me? (...)*

*Há um pássaro azul no meu coração
Que quer sair
Mas eu sou demasiado esperto,
Só o deixo sair à noite
Por vezes
Quando todos estão a dormir.
Digo-lhe, eu sei que estás aí,
Por isso
Não estejas triste.
Depois,
Coloco-o de volta,
Mas ele canta um pouco lá dentro,
Não o deixo morrer completamente
E dormimos juntos
Assim
Com o nosso
Pacto secreto
E é bom o suficiente
Para fazer um homem chorar,
Mas eu não choro,
E tu?*

Charles Bukowski, in *The Last Night of the Earth Poems*, 1992.

Resumo

As questões ideológicas, sociais, culturais, religiosas e políticas que dão pano de fundo a tecnologias de controlo heteronormativas e discriminatórias com graves repercussões psicológicas nas vidas de gays e lésbicas, geram uma série de perdas literais e simbólicas. Posto isto, propõe-se uma interligação inovadora entre o modelo integrativo das identidades gays e lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996), e o modelo focado no processo de mudança, olhado com as lentes do luto e da perda, de Satir, Banmen, Gerber & Gamori (1991) e Banmen (1998).

Foi realizado um estudo exploratório qualitativo, através da metodologia da entrevista semiestruturada, junto de onze jovens-adultos/as autoidentificados/as como homossexuais, lésbicas ou gays e com idades compreendidas entre os 19 e os 28 anos. Posteriormente, com recurso à análise temática (Braun & Clarke, 2006), os discursos dos/as participantes foram sistematizados, tendo emergido cinco temas e treze subtemas relacionados entre si, sendo o organizador central o que apelidamos de *lutos de heteronormatividade*. Os temas encontrados foram: (i) *construção do imaginário heteronormativo*; (ii) *perda de um self heteroidealizado*; (iii) *abraçar a mudança enlutando o caminho*; (iv) *entre invisibilidades e silenciamentos*; e (v) *transcender*.

Das principais conclusões destaca-se que o modelo integrativo (McCarn & Fassinger, 1996; Fassinger & Miller, 1996) continua atual, 20 anos passados sobre a sua construção. Contudo, o padrão de perda e a desfragmentação que surgem na análise tem implicações clínicas que se revelam significativas para o desenvolvimento de uma nova perspetiva, capaz de ajudar a compreender aprofundadamente os caminhos da (des)construção das identidades gays e lésbicas.

Palavras-chave: lésbicas; gays; reconstrução identitária; luto; heteronormatividade.

Abstract

The cultural, religious, political, social and ideological questions that serve as backgrounds to the heteronormative and discriminatory technologies of control with serious psychological repercussions on the lives of gays and lesbians, generate a couple of literal and symbolic losses. Therefore, it's proposed an innovative interconnection between the integrative model of gays and lesbian identities by McCarn and Fassinger (1996) and Fassinger and Miller (1996), and the model focused on the process of change, seen as the lens of grief and loss, by Satir, Banmen, Gerber and Gamori (1991) and Banmen (1998).

It has been made a qualitative exploratory study through the methodology of the semi-structured interview with eleven young/adults self-assumed as homosexual, lesbian or gay and with ages between 19 and 28 years old. Therefore, through the thematic analysis (Braun & Clarke, 2006), the speeches of the participants were systematized, where five themes and thirteen sub-themes were connected between each other, being the one which we name griefs of heteronormativity the central one. The themes found were: (i) *construction of the imaginary heteronormative*, (ii) *loss of a self straight-idealized*, (iii) *to hug the change grieving the path*, (iv) *between invisibility and silences*, and (v) *to transcend*.

From the main conclusions it has been highlighted that the integrative model (McCarn & Fassinger, 1996; Fassinger & Miller, 1996) remains actual even after 20 years of it's creation. However, the pattern of loss and defragmentation that appear on the analysis have clinical implications that reveal themselves significant for the development of a new perspective, able to help to understand deeply the paths of (de)construction of gay and lesbian identities.

Keywords: gays; lesbians; grief; heteronormativity; identity (re)construction.

Résumé

Les questions idéologiques, sociales, culturelles, religieuses et politiques, qui constituent la toile de fond de technologies de contrôle hétéro-normatives et discriminatoires avec des graves répercussions psychologiques sur les vies de *gays* et lesbiennes, génèrent une série de pertes littérales et symboliques. Ceci étant dit, une interconnexion innovante est proposée entre le modèle intégratif des identités *gays* et lesbiennes de McCarn et Fassinger (1996) et Fassinger et Miller (1996), et le modèle centré sur le processus de changement, observé tenant en compte le deuil et la perte, de Satir, Banmen, Gerber et Gamori (1991) et Banmen (1998).

Une étude exploratoire qualitative a été réalisée, en recourant à la méthodologie d'entretien semi-structuré, auprès de onze jeunes adultes auto-identifiés comme étant homosexuels, lesbiennes ou *gays* âgés de 19 à 28 ans. Ultérieurement, au moyen de l'analyse thématique (Braun & Clarke, 2006), les discours des participants ont été systématisés, ayant émergé cinq thèmes et treize sous-thèmes liés entre eux, étant l'organisateur central ce que l'on appelle les *deuils d'hétéro-normativité*. Les thèmes trouvés sont: (i) *construction de l'imaginaire hétéro-normatif*; (ii) *perte d'un « self » hétéro-imaginé*; (iii) *adopter le changement en endeuillant le chemin*; (iv) *entre invisibilités et bâillonnements*; et (v) *transcender*.

À partir des principales conclusions, il est mis en évidence que le modèle intégratif (McCarn & Passinger, 1996 ; Fassinger & Miller, 1996) continue actuel, 20 ans après sa construction. Cependant, la norme de perte et la défragmentation qui surgissent dans l'analyse a des implications cliniques qui se révèlent significatives pour le développement d'une nouvelle perspective, capable d'aider à comprendre de manière plus approfondie les chemins de la (dé)construction des identités *gays* et lesbiennes.

Mots-clés : lesbiennes, *gays* ; reconstruction identitaire ; deuil ; hétéro-normativité.

Índice

Introdução	1
1. Enquadramento teórico	3
1.1. Questões ideológicas, sociais, culturais, religiosas e políticas	3
1.2. Repercussões experienciais/ psicológicas e relacionais da discriminação	5
1.3. (Des)Construção das identidades gays e lésbicas	6
1.4. O Luto nas vivências de gays e lésbicas	8
1.5. Um olhar renovado para a (des)construção das identidades gays e lésbicas	11
2. Metodologia	17
2.1. Questão de investigação e objetivos	17
2.2. Participantes	17
2.3. Método de recolha dos dados	19
2.4. Método de análise dos dados	21
3. Análise e Discussão dos Resultados	22
3.1. Construção do imaginário heteronormativo	25
3.1.1. Estereótipos Heteronormativos	25
3.1.2. Desconhecimento das “homossexualidades”	26
3.2. Perda de um self heteroidealizado	27
3.2.1. Perceber-se como (sexualmente) “diferente”	27
3.2.2. Homofobia Internalizada	28
3.3. Abraçar a mudança enlutando o caminho	30
3.3.1. Desafiar/quebrar normas	30
3.3.2. Um universo de “iguais”	31
3.3.3. Lidar com a perda de suporte e com a rejeição	32
3.3.4. Perda de Segurança	34
3.4. Entre invisibilidades e silenciamentos	34
3.4.1. Suporte positivo como facilitador	35
3.4.2. Espontaneidade emocional (so)negada	36
3.4.3. Uma aceitação “enganadora”	37
3.4.4. Lugares de revelação	38
3.5. Transcender	39
3.5.1. Um “eu” renovado	40
4. Conclusões	41
5. Referências	48
Anexos	55

Índice de Anexos

Anexo 1. Modelo Integrativo das Identidades Gays e Lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996)	56
Anexo 2. Guião de entrevista.....	57
Anexo 3. Cartões representativos das fases do modelo integrativo das identidades gays e lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996) e do modelo do processo de mudança de Satir e colaboradores (1991;1998) – Versão para gays.....	61
Anexo 4. Cartões representativos das fases do modelo integrativo das identidades gays e lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996) e do modelo do processo de mudança de Satir e colaboradores (1991;1998) – Versão para lésbicas.....	64
Anexo 5. Ordenação e seleção das fases do modelo integrativo das identidades gays e lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996) e do modelo do processo de mudança de Satir e colaboradores (1991;1998)	67
Anexo 6. Declaração de consentimento informado.....	68
Anexo 7. Compromisso de Confidencialidade dos Dados de Investigação	69

Índice de Tabelas

Tabela 1. Caracterização dos/as participantes	19
---	----

Índice de Figuras

Figura 1. Proposta de leitura do desenvolvimento da identidade gay e lésbica estabelecendo uma dinâmica relacional com um modelo de luto orientado para o processo de mudança	12
Figura 2. Resultado do cruzamento dos processos de (des)construção das identidades gays e lésbicas e dos processos de luto.....	22
Figura 3. Mapa temático.....	24

Lista de abreviaturas

LGBT	Lésbicas, <i>Gays</i> , Bissexuais e pessoas Trans
APA	American Psychological Association
PG	Participante Gay
PL	Participante Lésbica
PH	Participante Homossexual

Introdução

Crescer e viver numa sociedade na qual os valores se circunscrevem às experiências da heterossexualidade, onde as expressões de género são limitadas ao género que é percebido – masculino e feminino – e onde não há reconhecimento, nem validação de formas distintas de ser ou *fazer* o género (Nogueira, 2003) e muito menos da possibilidade de amar e amar-se entre “iguais”, limita e gera uma série de dúvidas, incertezas e perdas naqueles que se sentem (sexualmente) “diferentes”. A *orientação sexual homossexual*, que pode ser definida “como a atração sexual e/ou emocional dirigida a pessoas do mesmo sexo, a ela estando associadas fantasias, erotismo, desejos desencadeados pela presença real e/ou imaginada dessas pessoas” (Carneiro, 2006, p.135), desafia uma série de ideologias dominantes e opressivas em que os contextos sociais, e de entre estes o contexto Português, se inscrevem. Desta forma, esta dissertação encontra-se organizada com o propósito de dar voz aos gays e às lésbicas que muitas das vezes veem as suas vozes (so)negadas, as suas vidas desapoiadas e os seus caminhos desenvolvimentais obstruídos por formas de repressão e opressão que colocam nos seus futuros uma série de reticências embebidas nos preconceitos e estereótipos que a heteronormatividade difunde. A *heteronormatividade* pode ser representada como um sistema de crenças alicerçado na norma heterossexual, ou seja, parte do pressuposto que todos são heterossexuais, até que provem o contrário, e que a atração entre pessoas do mesmo sexo corresponde a um “desvio à norma” (Warner, 1993). Desta forma, a heterossexualidade é valorizada e celebrada, enquanto a homossexualidade é marginalizada e considerada uma experiência inferior e/ou invisibilizada (Fassinger, 1991; Warner, 1993; Beckstead & Israel, 2007; Nogueira, 2013).

Este padrão de fragmentação que o sistema heteronormativo imprime nas vidas daqueles que se sentem (sexualmente) “diferentes”, para além de conduzir a um questionamento do conceito interno de self, levanta também, questões relativamente ao futuro, à família e às relações (Goldman & Livoti, 2011).

Tendo como pano de fundo estas questões, a presente dissertação começa por fazer uma análise das discussões ideológicas, sociais e políticas que demarcam fortemente a vivência das “homossexualidades” e das repercussões experienciais/psicológicas e relacionais da discriminação nestas populações. Seguidamente apresentamos a exploração do desenvolvimento das identidades gays e lésbica através da apresentação de alguns modelos que descrevem este processo, com especial ênfase no modelo desenvolvido por

McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996). Apresentamos, ainda, a exploração dos modelos de luto e olhando, particularmente, para o trabalho de Satir, Banmen, Gerber e Gamori (1991) com as lentes da perda e do luto, articulando com a análise psicológica da (des)construção identitária de gays e lésbicas, aqui nos propondo a uma leitura inovadora que articula estes dois modelos. De seguida, com base numa análise teórica minuciosa, é apresentada uma proposta exploratória do luto na (des)construção das identidades gays e lésbica, tendo por base os modelos de Satir e colaboradores (1991) e McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996).

Posteriormente, apresenta-se a secção da Metodologia que contempla a questão de investigação e objetivos, assim como a caracterização dos participantes e as opções metodológicas. Segue-se, então, a Análise e Discussão dos Resultados, que procura dar voz e sentido às vivências dos/as participantes, e, por fim, na última secção, as Conclusões do estudo que promovem uma reflexão acerca das implicações clínicas, assim como das limitações deste trabalho e propostas futuras para a investigação.

1. Enquadramento teórico

1.1. Questões ideológicas, sociais, culturais, religiosas e políticas

A cultura pode ser definida como um conjunto de valores, crenças e comportamentos sociais, que encontram substrato em questões políticas, socioeconómicas, religiosas, históricas ou geográficas (Greene, 1997). Desta forma, na cultura portuguesa, como em muitas outras, existem determinadas normas que se encontram fortemente marcadas e das quais dificilmente conseguimos escapar, entre elas as normas de género e as normas do desejo e da atração. Estas normas começam a ser incutidas ainda antes de nascermos, quando os pais se questionam sobre qual o sexo do bebé. A partir do momento em que se é do sexo feminino ou do sexo masculino, há regras que começam a ser definidas como a cor das roupas e do quarto do bebé (e.g. azul para os meninos; cor-de-rosa para as meninas), os brinquedos que serão comprados (e.g. bonecas para as meninas; carros para os meninos), entre outras que refletem os padrões culturais de género que fazem parte dos nossos dias (Goldman, 2013). Estas construções culturais das regras de género do masculino e feminino, baseadas no género que é percebido e definidas como *género binário*, são incutidas nas crianças desde cedo e transmitem mensagens distorcidas e estereotipadas sobre a forma como se devem comportar (Goldman, 2013).

A este *binarismo de género* estão associadas, e dele decorrem, também, as normas do desejo e da atração. Estas normas podem ser designadas como heteronormatividade. Estes dois elementos, *género binário* e *heteronormatividade*, estão sempre relacionados, pois quando alguém não se encaixa nestes padrões levantam-se dúvidas em relação ao género e à orientação sexual (Nogueira, 2013). Os comportamentos de género considerados como mais atípicos antecipam uma possível homossexualidade aos quais alguns pais tendem a agir no sentido de diminuir ou suprimir esses comportamentos, na tentativa de contrariar a homossexualidade, e os/as jovens, por sua vez, tendem a conformar-se com as regras impostas como forma de obter a aprovação e o amor dos pais, mas conduzindo a uma baixa autoestima (Attrell, 2013; Goldman, 2013). Associada à ideia de heteronormatividade encontra-se, também a *homofobia* que consiste na perpetuação de estereótipos negativos acerca das pessoas homossexuais, quer ao nível social, quer individual, assim como no medo/evitamento em estar próximo ou em imaginar pessoas e comportamentos

homossexuais, e na discriminação e preconceito dos mesmos (Bobbe, 2002; Carneiro & Menezes, 2004; Weber-Gilmore, Rose & Rubinstein, 2011; Weinberg, 1972).

Estas reações negativas perpetuadas pela sociedade acabam por limitar e colocar entraves às vivências de gays e lésbicas, funcionando como uma espécie de panóptico (Foucault, 1987) cuja tecnologia de controlo, perpetuada pela heteronormatividade, produz efeitos nefastos nas esferas do público e do privado (Svab & Kuhar, 2014). A eficácia social e simbólica da heteronormatividade acaba por limitar as conceções dos relacionamentos, confinando-os às características heterossexuais e atingindo, muitas vezes de forma inconsciente, os próprios sujeitos homossexuais que se regem pelas funções simbólicas que são atribuídas, de forma diferenciada, ao homem e à mulher. Para além disto, o sentido de segurança e confiança que a sociedade deveria transmitir é quebrada devido a estas limitações que colocam desafios à intimidade de gays e lésbicas. A expressão emocional espontânea é posta em causa, como dar as mãos em público, e a sua inibição pode tornar-se um hábito, apesar de necessário como mecanismo de proteção e de manutenção da segurança (Attrell, 2013). Por outro lado, a norma heterossexual que vigora na nossa sociedade acarreta desafios acrescidos aos/as jovens que acabam por demonstrar uma ausência de consciência das preferências homoeróticas que pode ir desde um total desconhecimento, até às crenças anti-gays (McCarn & Fassinger, 1996).

Existem, ainda, outros veículos de transmissão e de produção discursiva e atuante da homofobia, tais como a religião e os media. A religião tem uma longa história de incompatibilidade com as questões da homossexualidade, manifestadas através da invalidação da intimidade entre pessoas do mesmo sexo e de mensagens negativas indutoras de vergonha, rejeição e demonização (Attrell, 2013). Os media são aliados na perpetuação destas mensagens negativas acerca das vivências de pessoas gays e lésbicas, pois as imagens que humanizam as suas experiências são muito escassas (Goldman & Livoti, 2011).

No que ao político diz respeito, se olharmos para o panorama Português, podemos contemplar avanços significativos, tais como a aprovação do casamento, da adoção e co-adoção entre pessoas do mesmo sexo, e acesso a técnicas de procriação medicamente assistida a todas as mulheres, independentemente da sua orientação sexual. O político tem ajudado a encobrir um pouco as luzes do preconceito, empurrando-o para as sombras, mas a verdade é que a ocultação do preconceito não faz com que ele diminua, porquanto vão surgindo novas formas de preconceito mais indireto, pois o preconceito “pode se estabelecer a partir de uma atitude supostamente positiva, porém hierarquizante” (Costa e Nardi, 2015, p. 724). Posto isto, no que ao social diz respeito, existem, ainda, formas de discriminação

nestas populações, tais como práticas de bullying nas escolas, universidades, no local de trabalho e em locais públicos, comportamentos homofóbicos na televisão, no cinema, na imprensa ou na publicidade, os entraves colocados para doar sangue¹, e uma enorme falta de informação relativamente às temáticas relacionadas com a orientação sexual. Deparamo-nos, assim, com uma ausência de leis, de políticas sociais, de serviços sociais e de programas escolares que reconheçam a vida destes jovens. Os/as jovens gays e lésbicas carecem, assim, de referências culturais a todos os níveis, pois não se reconhecem “nas faces dos amigos, nas letras de uma música, nas imagens da televisão, ou na linguagem que constitui o dia-a-dia, onde emerge um sentido de irrelevância existencial” (Saltzburg, 2005, p.212).

1.2. Repercussões experienciais/ psicológicas e relacionais da discriminação

A construção de um sentido de si como lésbica ou gay torna-se bastante complexa, por um lado, porque a norma diz que todos são heterossexuais e é assente nesses valores que todos nós crescemos, e por outro, porque se criam expectativas baseadas nestes pressupostos. Os desafios de *ser* (sexualmente) “diferente” e fazer parte de uma estrutura social heteronormativa apresentam-se como um trilho de obstáculos que os sujeitos terão que percorrer para poderem *ser* e viver na sua plenitude, mas neste complexo percurso há coisas que se vão perdendo por não se enquadrarem mais nas suas vivências. Esta caminhada é muito desgastante, porque estas práticas culturais excludentes e com poucas mensagens positivas, ostracizam qualquer criança que não se encaixe nos limites destas normas (Goldman & Livoti, 2011). Mais tarde, estas crianças/jovens veem-se “obrigadas/os” a travar batalhas psicológicas na tentativa de contornar as consequências de, no seu desenvolvimento, terem-se negado à expressão da sua afetividade por medo de contrariarem as normas de género e as normas do desejo e da atração (Carneiro, 2006).

Por outro lado, a absorção destes modelos pode conduzir à *homofobia internalizada* e ao medo de viverem a sua sexualidade plenamente, escondendo-a e distorcendo aspetos essenciais deles próprios (Goldman & Livoti, 2011). A homofobia internalizada está

¹ Até ao fecho desta dissertação saíram várias notícias a dar conta da intenção da Direcção-Geral da Saúde (DGS) em publicar uma norma de orientação clínica que põe fim à proibição de dádiva de sangue por homossexuais e bissexuais. Contudo, na prática esta norma continua a ser discriminatória, pois é sugerido um prazo de “abstinência” sexual de um ano àqueles que “tenham tido ‘contacto sexual’ com trabalhadores do sexo ou indivíduos homo e bissexuais” (Horta, 2016, para. 2). Esta é uma problemática que se expande a vários países da Europa e em vários estados dos EUA.

associada a experiências de desconforto; sentimentos de culpa e vergonha; negação da sua própria orientação sexual; desejo de não ser gay/lésbica; baixa autoestima e autoconceito; repulsa por pessoas assumidamente homossexuais; isolamento; ansiedade; depressão; abuso de substâncias; e suicídio (APA, 2000; Burn, Kadlec & Rexer, 2005; Weber-Gilmore et al., 2011; Goldman & Livoti, 2011; Mohr & Fassinger, 2003) A internalização destes ideais socioculturais impede que se vislumbre um futuro confortável, assim como o aumento das probabilidades de rejeição, quer da família, quer dos pares (Goldman & Livoti, 2011). O *coming out* torna-se um processo muito complexo e angustiante, pelo facto de os/as jovens despenderem bastante do seu tempo e energias na tentativa de gerir os medos e consequências de sair do armário para as pessoas mais significativas, numa cultura que não valida as suas vivências (Saltzburg, 2005), sendo que esta gestão se expande, potencialmente, ao longo do ciclo de vida. O coming out implica, portanto, uma antecipação daquilo que se poderá perder, como deixar de ser fonte de orgulho para os pais, perder estatuto, amigos, perder-se a si mesmo no meio desta caminhada onde os terrenos são tão íngremes e o percurso tão árduo.

Abraçar uma sexualidade diferente da norma, desafia muitas das ideologias sociais, religiosas e políticas que nos regem, acarreta galgar terreno por trilhos desconhecidos e sombria, num percurso, por vezes solitário, que envolve não só a reestruturação do autoconceito, como também, a alteração da relação que se estabelece com a sociedade.

1.3. (Des)Construção das identidades gays e lésbicas

Diariamente, gays e lésbicas são rodeados por questões que os desafiam. Na tentativa de compreender as experiências de gays e lésbicas, e estabelecendo ligações entre o individual e as forças opressoras da sociedade, foram desenvolvidos modelos psicológicos, que se focam no desenvolvimento da identidade gay e lésbica. Estes modelos foram criados com o propósito de ultrapassar o pendor médico e patologizante da homossexualidade. Como forma de manter esta não patologização, Carneiro (2006) afirma que a experiência psicológica da (homo)sexualidade assume um carácter plural, e por isso deve falar-se em *homossexualidades* e não apenas de uma homossexualidade. Apesar de estarmos cientes que os termos “homossexual”, “gay” e “lésbica” têm conotações distintas, o primeiro mais associado ao modelo médico e os outros dois mais ligados ao político, a presente dissertação faz uso dos três termos para contemplar, quer a literatura revista, quer os termos usados

pelos/as participantes. Os modelos psicológicos desenvolvidos que procuraram aprofundar a compreensão dos processos de (des)construção das identidades gay e lésbica foram conceptualizados por estádios (e.g. Cass, 1984; Coleman, 1982; Troiden, 1989) e numa perspetiva mais dimensional (e.g. Fassinger & Miller, 1996; McCarn & Fassinger, 1996).

Os modelos por estádios postulam um desenvolvimento de forma linear, onde cada estágio é construído tendo em conta as aprendizagens dos estádios posteriores e culmina com a integração da orientação sexual num sentido completo de si. Estes estádios não dão espaço para as experiências singulares de abraçar a sexualidade, nem tem em consideração a forma distinta dos sujeitos lidarem com o contexto no qual se inserem, pois colocam o desenvolvimento da identidade como se fosse igual para todas as pessoas e não concebem a existência de processos individuais e grupais que envolvem a tomada de consciência da sua posição enquanto minoria sexual (Fassinger, 1991; Feldman & Wright, 2013). Desta forma, estes modelos tendem a focar-se nas esferas do público e do político, deixando escapar aspetos essenciais das esferas do privado e do social. Tomando como exemplo Carneiro (2006), acerca das diferenças entre os contextos urbanos e rurais aos quais estes modelos não são sensíveis: “os contextos rurais são caracterizados por uma maior exposição dos comportamentos, atitudes e expressões da vivência identitária aos outros e, portanto, mais sujeitos a prejuízos valorativos, reações sociais” (p.154).

Já as perspetivas mais dimensionais falam em dimensões da experiência que são cruciais durante toda a vida e todo o desenvolvimento de identidade (Mohr & Fassinger, 2003). Na tentativa de colmatar as falhas dos modelos anteriores, e com base nestas perspetivas dimensionais, surgiu um modelo, desenvolvido por McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996), que pretende trazer uma maior flexibilidade na expressão das identidades gay e lésbica. Desde logo, a adoção do termo “fases” em vez dos tradicionais “estádios” como forma de reforçar esta flexibilidade, depois a revelação da identidade, mais da esfera do público, deixa de ser vista como sinal de maior desenvolvimento, passando a ser vista como dependente do contexto, pois “cada nova relação suscita novas questões à sexualidade individual e cada novo contexto requer uma consciência renovada da opressão” (Fassinger & Miller, 1996, p.56). Este modelo, mais inclusivo, preocupa-se em distinguir uma *identidade sexual individual* e uma *identidade sexual grupal* que, apesar de relacionadas, não tem que ocorrer em simultâneo. Outra preocupação deste modelo é o foco nas atitudes que gays e lésbicas tem em relação a si mesmos, em relação a outros gays e lésbicas, e em relação àqueles que se inscrevem na esfera da heterossexualidade (Fassinger & Miller, 1996). Desta forma, para cada uma destas dimensões (individual e grupal),

Fassinger e colaboradores (Fassinger & Miller, 1996; McCarn & Fassinger, 1996) apresentam quatro fases de desenvolvimento das identidades homossexuais (Cf. Anexo 1).

A primeira fase – *Consciência* – é caracterizada por um sentido vago de *ser* (sexualmente) “diferente”, há um questionamento da própria identidade sexual devido à não-identificação com a norma heterossexual e o consequente reconhecimento e identificação com um grupo de “iguais”. Torna-se consciente a representação errônea do mundo como exclusivamente heterossexual. Sentimentos de confusão e a sensação de não saber para onde ir são comuns nesta fase.

A segunda fase – *Exploração* - é caracterizada pela exploração dos sentimentos e desejos, que surgiram na fase anterior, numa tentativa de definir a sua posição em relação à sua orientação sexual e ao grupo como um todo, através da busca ativa de conhecimento acerca das pessoas gays/lésbicas. Esta fase é caracterizada por emoções de raiva e culpa, por um lado, e de curiosidade e excitação, por outro.

A terceira fase - *Aprofundamento/compromisso* – é caracterizada pelo reconhecimento do desejo homossexual como parte de si e no estabelecimento de relações pessoais com o seu grupo de “iguais”, tomando consciência das possíveis consequências associadas. Esta fase é vivenciada num misto de entusiasmo e de conflito interno.

A quarta fase - *Internalização/síntese* - caracterizada pela autoaceitação dos desejos e sentimentos por pessoas do mesmo sexo assim como, na sua identificação como membro de um grupo minoritário, o que permite manter um sentido de si como gay/lésbica independentemente do contexto.

Apesar de uma das suas lacunas apontadas às perspetivas dimensionais ser a impossibilidade de medir cada dimensão relevante ao desenvolvimento da identidade, aumentando o risco de se perderem dimensões importantes ou de se valorizarem aspetos que não são claros para os indivíduos (Feldman & Wright, 2013), as características deste modelo integrativo das identidades gays e lésbicas oferecem uma visão mais acurada da forma como se vão preenchendo as reticências, dando voz e cor às questões que trespassam as homossexualidades, como os contextos opressivos e a discriminação social.

1.4. O Luto nas vivências de gays e lésbicas

As questões relacionadas com as ideologias sociais e políticas e os modelos de desenvolvimento das identidades gays e lésbicas permitem compreender de forma mais clara

as vivências destas populações e as transformações na construção de um sentido de si e na relação com a sociedade. Mas, ao procurar um entendimento mais profundo das experiências destas pessoas, verifica-se que às questões aqui debatidas estão associadas perdas nas mais variadas dimensões. As vivências de gays e lésbicas estão de mãos dadas com processos de luto literais e simbólicos. Estes processos são construídos, estabelecidos e reforçados pelos mecanismos da sociedade, pela cultura que perpetua a heteronormatividade e alimentam um clima de insegurança, rejeição e discriminação das pessoas homossexuais. Estas perdas começam, desde logo, com a perda de um self-idealizado baseado na norma heterossexual, alastrando-se à família, às relações com os amigos, às expectativas de futuro, às lutas enquanto minoria sexual, às condicionantes da homofobia internalizada, à autoestima, à intimidade, à segurança, entre muitas outras que são experienciadas em níveis profundos por gays e lésbicas (Attrell, 2013; Goldman, 2013; Goldman & Livoti, 2011; Scott, 2011). Assim, o estatuto de minoria sexual e o stress a ele relacionado (Iwasaki & Ristock, 2007), tem como principais fontes as experiências de discriminação, a necessidade de camuflar a orientação sexual ou de a revelar, a antecipação de preconceito e a homofobia internalizada (DiPlacido, 1998).

O luto faz parte do ciclo de vida de quase todas as pessoas e pode ocorrer em qualquer altura do percurso desenvolvimental. O luto pode ser vivido como uma crise, geradora de sofrimento e pode ser experienciado por crianças, jovens, adultos e idosos, manifestando-se a vários níveis (e.g. físico, emocional, cognitivo, comportamental, espiritual). Tendo em consideração as suas características foram desenvolvidos diversos modelos de luto ao longo dos anos. Por um lado, temos os modelos mais tradicionais organizados por fases ou estádios, tais como: o modelo de Kubler-Ross (1969) que descreve um processo de cinco passos – negação, raiva, negociação, depressão e aceitação – que culmina com a consciência da inevitabilidade da morte; e o modelo de Worden (2002) que define quatro tarefas para um bom ajustamento do luto – aceitar a realidade da perda, elaborar a dor da perda, ajustar-se ao ambiente numa nova condição, reposicionar-se emocionalmente em relação à perda e continuar a viver. Por outro lado, existem os modelos mais recentes como o modelo multimodal (Parkes, Relf & Cudrick 1996), o modelo do processo dual (Stroebe & Schut, 1999) e a perspetiva transformativa (Neimeyer, 2002) que procuraram ter em conta a individualidade e a diversidade de reações durante o luto.

O modelo do processo de mudança de Satir e colaboradores² (1991; Banmen, 1998), olhado com as lentes do luto, pode ser visto como contendo características dos modelos mais tradicionais, porque em estádios, e dos modelos mais recentes, porque procura ter em conta as particularidades de cada pessoa e de tudo aquilo que a rodeia, incutindo assim uma maior flexibilidade e dinâmica entre os diferentes estádios. Este modelo propõe, então, a existência de sete³ estádios pelos quais as pessoas passam quando experienciam alguma mudança nas suas vidas: *status quo*, *introdução de um elemento externo*, *caos*, *transformação*, *integração*, *prática*, e *novo status quo*.

Este modelo centra-se nas capacidades humanas de produzir mudança, abrindo espaços para o crescimento pessoal, sendo que a mudança é encarada como uma alteração das crenças e valores que ocorre num nível mais interior da pessoa e que resulta numa mudança comportamental (Satir et al., 1991). O que se pretende, neste trabalho, é articular este modelo centrado no processo de mudança com o modelo integrativo das identidades gays e lésbicas anteriormente apresentado, numa perspetiva transformacional. Vejamos, a partir do momento em que se torna consciente um sentido de *ser* (sexualmente) “diferente” (*introdução de um elemento externo*), o *status quo*, anterior, baseado no universo da heteronormatividade é desafiado e o *caos* toma conta da vida destas pessoas. Este estado de caos abre espaço para a *transformação*, para dar novos significados às suas experiências, fazer escolhas diferentes e alterar as antigas formas de interagir com o mundo. O objetivo deste modelo é o de “transformar” os significados, os sentimentos, os comportamentos face a estes elementos que se tornaram conscientes, e não o de os eliminar completamente, porque a heteronormatividade é uma realidade que continua a existir em toda a parte. Esta forma de perceber o mundo, baseada na heteronormatividade, pode limitar a capacidade de mudança de gays e lésbicas, tornando-se essencial “transformar” estas assunções e dar poder a estas populações, aumentando a sua autoestima e dando-lhes esperança. Quando as pessoas

² Este modelo foi desenvolvido numa perspetiva sistémica no trabalho com famílias, casais, adultos e crianças, não sendo, portanto um modelo “puro” de luto. Contudo, atendendo às potencialidades do modelo, tais como o facto abarcar contributos de várias correntes teóricas (e.g. humanista; psicanalítica; comportamental; e cognitiva) e por se focar nos processos de mudança, entendemos que este poderia ser lido à luz dos processos de luto e de perdas que clamam por mudanças e transformações profundas. Esta perspetiva já tinha sido usada num artigo de Sharon Blevins (2008). Por outro lado, este modelo permite analisar as (re)construções feitas por gays e lésbicas, ao longo dos seus caminhos, mas também tendo em conta o sistema heteronormativo no qual se inserem.

³ O modelo inicial era composto por seis estádios, posteriormente Banmen (1998), que trabalhou com Satir, adicionou um sétimo estádio, chamado “Transformação depois do caos”.

experienciam a mudança tendo por base o seu verdadeiro *eu*, e não através destas normas ou das expectativas, então a “transformação” torna-se possível.

Tendo em conta esta conjuntura parece-nos pertinente falar em *lutos de heteronormatividade*, no sentido em que se vão enlutando os mecanismos que cercam e limitam a vivência e expressão das sexualidades que diferem da heterossexualidade e que condicionam a possibilidade de amar e amarem-se como gays e lésbicas. No fundo, trata-se de enlutar as questões ideológicas, religiosas, sociais e políticas que nos mergulham no universo da heteronormatividade e que conduzem gays e lésbicas a perdas significativas e profundas. Dadas as especificidades destes lutos de heteronormatividade, gays e lésbicas podem frequentemente permanecer em estados de *caos* enquanto se esforçam para tentar contraria-los, aventurando-se nos estádios posteriores. Por outro lado, podem haver tentativas de recuperar o *status quo* perdido, apesar da transformação já se ter iniciado, pois o mundo interior dos sujeitos já sofreu alterações. No momento em que gays e lésbicas aceitam que a heteronormatividade não se enquadra no universo interior e grupal deles, abre-se espaço para começarem a reconstruir as suas vidas, para atingirem um *novo status quo* cheio de oportunidades e finalmente abraçar a sua sexualidade. Este modelo, apesar de ser conceptualizado por estádios, não é estático, oferece a dinâmica e flexibilidade que são necessárias quando falamos em mudanças tão profundas marcadas por avanços e retrocessos constantes.

Por outro lado, este processo permite criar uma visão mais flexível do mundo e abre a possibilidade de gays e lésbicas encontrarem aspetos positivos que abraçar a sua sexualidade permite, tais como pertencer a uma comunidade de “iguais”, poder criar uma família por escolha, estabelecer fortes ligações com os outros, servir como um modelo positivo a seguir, ser verdadeiro consigo mesmo e com os outros, libertar-se das normas de género, estabelecer relações igualitárias, procurar justiça social, explorar a sexualidade e as relações, aumentar a empatia pelos outros (Moradi, Worthington, Mohr & Fassinger, 2009).

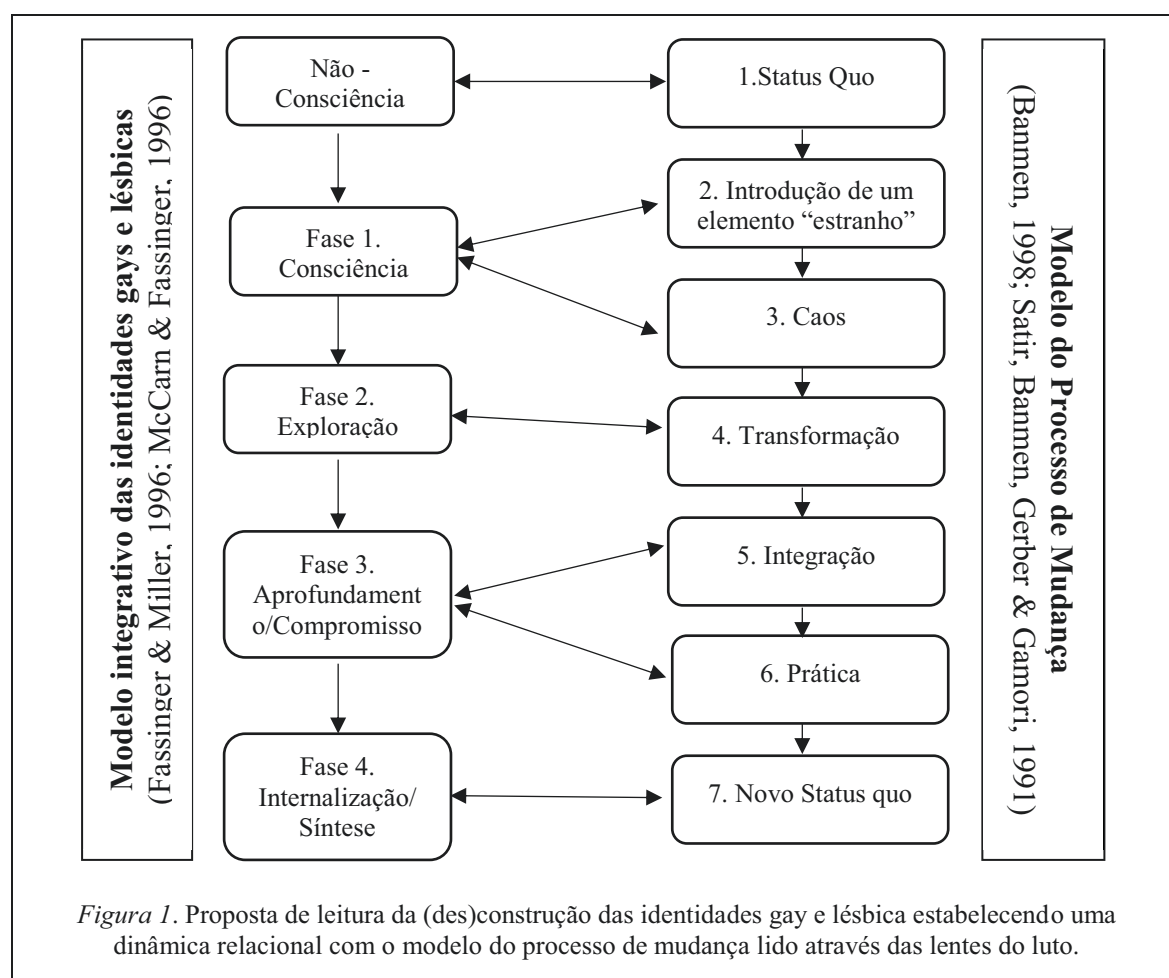
1.5. Um olhar renovado para a (des)construção das identidades gays e lésbicas

Este olhar renovado, que aqui propomos, pretende aceder às especificidades das vivências de gays e lésbicas, mas vai mais longe, pois para além de um olhar clínico, pretendemos sobretudo aceder aos significados que são vividos, (re)construídos e produzidos socialmente, procurando alcançar toda uma paisagem que se encontra

inexplorada quando falamos da vivência das homossexualidades. Este olhar pretende assim, através de uma perspectiva construcionista social (Burr, 1995; Gergen, 1994), aceder ao âmago da linguagem e dos processos sociais e individuais de gays e lésbicas.

E porque falamos em práticas discursivas, a perspectiva que aqui apresentamos assenta no estabelecimento de um diálogo, quase que de uma dança, entre a (des)construção de uma identidade gay e lésbica e as perdas que pautam este desafiante percurso de poder ser “eu” superando positiva e transformativamente os obstáculos que uma sociedade marcada pela heteronormatividade imprime nos sujeitos. No fundo, o modelo de Satir e colaboradores (1991; 1998) preconiza este processo de mudança, que está inerente ao desenvolvimento das identidades gays e lésbicas, onde há coisas que se perdem, que são deixadas para trás e que são transformadas de forma a dar vida a outras áreas.

A **Figura 1** apresenta, de forma esquemática e sistematizada, a proposta de leitura do desenvolvimento das identidades gays e lésbicas assente na perspectiva dos lutos de heteronormatividade.



Passaremos, então, a explicar algumas das perdas que sucedem em cada uma das fases do modelo focado no Processo de Mudança (Banmen, 1998; Satir et al., 1991), estabelecendo sempre a ligação com o Modelo integrativo das identidades gays e lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996), sendo que esta explicação, seguindo o propósito deste trabalho, resulta de um esforço de articulação e de integração das fases que ambos os modelos propõem, assim como de um esforço intensivo de integração das ideias de vários modelos e autores (e.g. Attrell, 2013; Baiocco et al., 2015; Beckstead & Israel, 2007; Bennet & Douglass, 2013; Blevins, 2008; Burn, Kadlec, & Rexer, 2005; Carneiro, 2006, 2009; Cox, Dewaele, Houte, & Vincke, 2011; DiPlacido, 1998; Goldman, 2013; Goldman & Livoti, 2011; Green, 2000; Klein, Holtby, Cook & Travers, 2015; Kubler-Ross, 1969; Manning, 2015; Mohr & Fassinger, 2003; Moradi et al., 2009; Morrow, 2000; Saltzburg, 2005; Sayles, 2002; Scott, 2011):

1. *Status Quo*: corresponde a um estado de pré-luto composto pelas crenças, valores e expectativas que mantém o indivíduo e/ou a família em equilíbrio. Como já referimos anteriormente, a maior parte das culturas são heterossexistas⁴ e condenam as relações entre pessoas do mesmo sexo e por isso desde muito cedo as crianças começam a perceber que há determinadas “normas” de género que tem que cumprir para obter a aprovação dos pais (e.g. as meninas brincam com bonecas e vestem cor de rosa; os meninos brincam com carros e vestem azul). Todo o panorama no qual as crianças crescem está imerso em preconceitos, como os contos e filmes infantis que narram histórias de amor entre príncipes e princesas que casam e tem filhos, limitando-as de uma visão mais ampla da sexualidade humana e orientando-as naqueles que são os valores da cultura dominante que são absorvidos pelas crianças. A cultura está inundada por estereótipos que incutem nos jovens a crença de que só há uma orientação sexual, a heterossexualidade. Tendo em conta estes fatores que marcam tão fortemente os jovens, nesta fase precoce ainda não há uma consciência da atração ou dos desejos por pessoas do mesmo sexo, sendo que esta *não consciência* pode resultar de uma ausência total de conhecimento ou em crenças anti-gays (*Não consciência*).

2. *Introdução de um elemento “estranho”*⁵ : caracteriza-se pelo surgimento de um elemento que vem desafiar o equilíbrio do indivíduo e/ou do seu sistema familiar. As regras, normas e valores que, anteriormente, eram dadas como certas são agora postas em causa.

⁴ A noção de heterossexismo diz respeito a um “sistema de crenças que valoriza a heterossexualidade como superior à e/ou mais ‘natural’ que a homossexualidade” (Morin, 1977, p. 629)

⁵ Optamos pela designação “estranho” e não externo, como no modelo original, pois consideramos que neste caso, o elemento que surge é algo que faz parte da própria pessoa e não algum acontecimento externo ao sujeito.

Torna-se, então, consciente a sensação de ser (sexualmente) “diferente” e há um questionamento da norma heterossexual. Estas questões levam o indivíduo para um estado de caos emocional a todos os níveis onde os sentimentos e desejos que diferem da norma heterossexual tornam-se conscientes (*Consciência*). Começa assim a desenrolar-se a primeira grande perda: a não-identificação com a heterossexualidade normativa e a consequente perda de um self-idealizado.

3. *Caos*: corresponde a um estado marcado pela confusão onde os sentimentos se encontram emaranhados e confusos, produzindo uma sensação de desorientação devido ao facto das percepções e expectativas anteriormente estabelecidas terem sido postas em causa. O indivíduo sente-se desafiado a agir de maneira diferente, compreendendo que esteve/está sujeito à heteronormatividade e à homofobia, fomentando a percepção que a heterossexualidade não é universal e que existem pessoas que são gays e lésbicas. Há, também, uma compreensão consciente dos significados que a cultura e a sociedade atribuem à homossexualidade e das implicações que essa discriminação tem no desenvolvimento psicológico do indivíduo (*Consciência*). Nesta fase as emoções são muito intensas onde a pessoa começa a fazer reavaliações constantes sobre determinados aspetos da sua vida geradores de conflitos e medos. O indivíduo avalia as suas próprias atitudes face às pessoas gays/lésbicas podendo surgir homofobia internalizada (e.g. desconforto com a sua orientação sexual) e desenvolver-se uma luta interna contra a ideia de ser gay ou a tentativa de se convencer de que não é gay. Podemos dizer que este estado de negação terá como função a tentativa de manutenção de um *status quo* que é familiar para o indivíduo. Nesta fase desenvolve-se um sentido primário de pertença a um grupo de iguais onde as normas de género e as normas do desejo e da atração são colocadas em causa. Todas estas questões poderão desencadear sentimentos de raiva, culpa e depressão.

4. *Transformação*: caracteriza-se pelo início de um processo de adaptação e mudança de crenças e valores que o indivíduo tinha sobre si mesmo em relação à sua orientação sexual. As crenças antigas são substituídas por novas crenças num processo bastante profundo e íntimo que “obriga” o indivíduo a entrar em contacto com os seus recursos internos necessários para aceitar os novos pensamentos e sentimentos. Nesta fase há uma exploração ativa dos desejos e sentimentos pelas pessoas do mesmo sexo. Torna-se perceptível que a “homossexualidade” é o que melhor caracteriza o indivíduo e há a necessidade de estabelecer uma ligação com outras pessoas gays e lésbicas que ajude a promover o sentido de pertença (*Exploração*). Contudo, esta tarefa pode ser dificultada pela falta de recursos ou de informação para chegar a estas pessoas, produzindo sentimentos de

solidão e um sentido de “não existência”. Por outro lado, o estabelecimento de relações com a comunidade LGBT⁶, a partilha de experiências pode ser um facilitador no processo de compreensão da sua própria sexualidade, assim como da subcultura e das normas desta comunidade, apesar de ser uma experiência que pode ser vivida com algum medo. No entanto, nesta fase o indivíduo procura manter a imagem pública separada da privada na tentativa de participar em duas realidades culturais – uma em que a heteronormatividade impera, e outra onde vive e sente como (sexualmente) “diferente”. Neste processo há uma necessidade de partilha destes novos significados com as pessoas que os rodeiam, na esperança de que estejam dispostas a ouvir e aceitar a experiência do indivíduo, tornando-se clara a possibilidade de perder pessoas que lhes são próximas, aumentando o medo de rejeição e de abandono. Neste processo começam-se a antecipar perdas ao nível de segurança (e.g. bullying, homofobia, isolamento), proteção, autoestima e perda de “privilégios” heterossexuais (e.g. casar e ter filhos num clima de suporte; poder falar abertamente sobre o/a parceiro/a), trazendo à tona um sentido de estatuto identitário desfavorecido. Nesta fase a negação deixa de existir, para dar lugar a sentimentos de culpa e de raiva por ter sido enganado e participado do heterossexismo.

5. *Integração*: caracteriza-se pela perceção das mudanças que ocorreram onde o indivíduo começa a tomar decisões sobre a forma como vai viver a sua vida, começa a ponderar as suas opções e a dar prioridade a certas coisas em vez de outras. Nesta fase a identidade e a intimidade fundem-se e a forma como estas mudanças são recebidas e reforçadas pelos outros poderão ter um impacto positivo ou negativo no indivíduo e na forma como abraça completamente a sua identidade. Tendo em conta que a sociedade está marcada pelo heterossexismo e pela homofobia há a necessidade de um maior envolvimento com o grupo de “iguais” (*Aprofundamento/Compromisso*). Nesta fase podem surgir sentimentos de raiva, tristeza, pois os constrangimentos sociais tornam-se mais evidentes (e.g. andar na rua de mão dada com o/a parceiro/a ou dar um beijo em público) e geram stress nas relações interpessoais, colocando em causa a expressão emocional espontânea. Por outro lado, os desafios constantes à intimidade (e.g. impedimentos legais ou constrangimentos sociais) ganham especial atenção e há uma maior preocupação sobre onde e a quem revelar a sua orientação sexual. Os desafios à vivência do indivíduo tornam mais consciente o valor da opressão e das suas implicações no desenvolvimento pessoal gratificante, abrindo espaço para o reforço da necessidade de partilha de experiências com a comunidade de pertença na

⁶ Sigla utilizada frequentemente para se referir a Lésbicas, Gays, Bissexuais e pessoas Trans (e.g Transgénero, Transexuais,...).

luta contra a injustiça e pela reivindicação de direitos. A opressão, as práticas sociais e as disposições políticos-legais são vistas como constrangimentos ao desenvolvimento de um sentido ativo de cidadania.

6. *Prática*: caracteriza-se pela colocação em prática das novas crenças e a experimentação de novas formas de viver a vida de acordo com as mudanças que o indivíduo teve que fazer. Sendo que esta fase leva algum tempo. Novos contextos e novas pessoas criam novas questões sobre a sexualidade e sobre a consciência de fazer parte de um grupo minoritário, produzindo uma negociação constante das relações consigo mesmo e com o mundo, ou seja uma negociação dos estigmas. (*Aprofundamento/Compromisso*).

7. *Novo Status Quo*: caracteriza-se pela aceitação das mudanças que ocorreram e pela integração dessas mudanças no mundo interno do indivíduo. O seu conceito interno de self foi transformado e há uma autoaceitação da nova identidade. O indivíduo identifica-se como um membro de um grupo minoritário e o significado desse grupo foi redefinido, internalizado e sintetizado na sua nova identidade (*Internalização/Síntese*).

2. Metodologia

2.1. Questão de investigação e objetivos

Perspetiva-se que na paisagem da vivência das “homossexualidades” poderá estar um limbo de desafios emocionalmente exigentes e desgastantes, demarcado por perdas a múltiplos níveis, inerentes ao desafiar das normas do sistema heteronormativo (Meyer, 2003; Goldman & Livoti, 2011). Deste modo, apresenta-se como **questão de investigação** a seguinte: *De que modo é que a (des)construção das identidades gay e lésbica poderá estar marcada por processos de luto literais e simbólicos?*

A presente questão de investigação tem como propósito aceder à singularidade de experiências e de atribuição de significados que permitam compreender os desafios e lutas diárias de pertencer a uma “minorias sexual”. Por conseguinte, os **principais objetivos de investigação** organizam-se da seguinte forma:

- (i) Ampliar os horizontes de compreensão das vivências de gays e lésbicas, reforçando o impacto que as questões ideológicas, sociais, culturais, religiosas e políticas surtem nestas populações;
- (ii) Explorar aprofundadamente as perdas literais e simbólicas que parecem marcar o desenvolvimento de gays e lésbicas;
- (iii) Compreender que mudanças ocorreram no Modelo integrativo das identidades Gays e Lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996) 20 anos após a sua criação;
- (iv) Contribuir para o aumento do conhecimento científico nesta temática, abrindo portas para um novo caminho na prática clínica e para um entendimento renovado e sensível das experiências de gays e lésbicas.

2.2. Participantes

As/os participantes deste estudo são jovens e jovens-adultos/as com idades compreendidas entre os 18 e os 28 anos autoidentificados como gays, homossexuais e lésbicas. O critério de idade foi utilizado como forma de captar as diferenças de autonomia,

permitindo aceder às percepções de perda - lutos de heteronormatividade - ao longo das suas vidas, tendo em conta dois estádios psicossociais do desenvolvimento importantes, um que marcou a adolescência, “identidade vs confusão de identidade”, e outro que os sujeitos estão a experienciar atualmente, “intimidade vs isolamento” (Erikson, 1963; 1987). Procurou-se, também, diversificar as características dos/das participantes em função da revelação ou não da sua orientação sexual aos pais, área de residência (e.g. rural e urbana) e nível de escolaridade. Estes critérios sustentam-se na tentativa de abranger um vasto leque de experiências, intersectando diferenças identitárias entre estes sujeitos e procurando dar voz a todas elas. O recrutamento ocorreu recorrendo à técnica “snowball” ou bola de neve, onde os/as participantes iniciais do estudo indicam novos participantes e estes, por sua vez indicam outros e assim sucessivamente (Atkinson & Flint, 2001).

Posto isto, foram entrevistadas onze pessoas, seis do sexo masculino e cinco do sexo feminino, todos/todas de nacionalidade portuguesa e com idades compreendidas entre os 19 e os 28 anos. Dos participantes do sexo masculino, quatro autoidentificam-se como “homossexuais” e dois como “gays”. As participantes do sexo feminino, quatro autoidentificam-se como “lésbicas” e uma como “homossexual”. A Tabela 1. sistematiza as características dos/as participantes. Por forma a preservar a confidencialidade dos/as participantes serão utilizadas as siglas PG para “Participante Gay”, e PL para “Participante Lésbica” e PH para “Participante Homossexual” em substituição dos nomes verdadeiros. Ao longo da apresentação dos dados, os discursos ilustrativos serão precedidos pela sigla correspondente, seguida da indicação do sexo (e.g. “M” para masculino e “F” para feminino) e do número da entrevista.

O recrutamento findou por saturação teórica, isto é, quando os dados recolhidos começaram a apresentar uma certa redundância ou repetição, permitindo alcançar dados suficientes para uma análise teórica sustentada (Fontanella, Ricas & Turato, 2008). Por outro lado, a dificuldade em aceder a novos participantes também contribuiu para a interrupção da recolha de dados, assim como o limite temporal para a elaboração deste trabalho académico.

Tabela 1.***Caracterização dos/as participantes***

Participante	Sexo	Orientação Sexual	Idade	Área de Residência	Revelação aos pais	Nível de escolaridade
PG1	Masculino	Homossexual	22	Urbano	Ambos	Licenciatura
PG2	Masculino	Homossexual	26	Urbano*	Mãe	Secundário
PG3	Masculino	Gay	24	Urbano	Ambos	Mestrado
PG4	Masculino	Gay	26	Urbano*	Ambos	Licenciatura
PG5	Masculino	Homossexual	19	Urbano	Não	Secundário
PG6	Masculino	Homossexual	21	Urbano	Não	Licenciatura
PL7	Feminino	Lésbica	23	Urbano	Ambos	Licenciatura
PL8	Feminino	Homossexual	28	Rural	Ambos	Licenciatura
PL9	Feminino	Lésbica	24	Urbano	Ambos	Mestrado
PL10	Feminino	Lésbica	19	Urbano*	Ambos	Secundário
PL11	Feminino	Lésbica	22	Rural	Ambos	Licenciatura

Nota. * Participantes que vivem numa área urbana, mas são naturais de uma área rural.

2.3. Método de recolha dos dados

Tendo em conta as características deste estudo a metodologia qualitativa apresenta-se como a mais adequada, pois permite uma exploração mais profunda de aspetos complexos e sensíveis que marcam a experiência dos/as participantes e consente aceder aos significados que os/as mesmos/as atribuem às suas vivências.

A entrevista semiestruturada

Dos diferentes métodos qualitativos a entrevista semiestruturada mostra-se como aquele que melhor se adequa aos objetivos pretendidos. Este método consiste na elaboração de um guião orientador, que permite, por um lado, uma certa flexibilidade e liberdade ao/a participante para abordar tópicos que não foram previstos inicialmente, e por outro, a oportunidade, do/a investigador/a alterar a forma das questões atendendo ao contexto e às características do/a entrevistada/entrevistado e à interação que no decurso da entrevista vai estabelecendo com a pessoa entrevistada. Este guião foi elaborado tendo por base uma cuidadosa revisão teórica previamente efetuada (cf. Anexo 2), procurando, por um lado aceder às características essenciais do modelo integrativo das identidades gays e lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996) e do modelo do processo de mudança

de Satir e colaboradores (1991;1998) e, por outro, contemplar os objetivos do estudo. Este guião foi revisto por especialistas da área e reformulado, procurando servir da melhor forma possível estes objetivos

A utilização inovadora dos cartões

Recorremos, também, à elaboração de dois grupos de cartões - um composto por seis frases alusivas às fases do modelo integrativo das identidades gays e lésbicas (McCarn & Fassinger, 1996; Fassinger & Miller, 1996) e outro constituído por seis frases referentes às fases do modelo do processo de mudança de Satir e colaboradores (1991, 1998) – que foram entregues aos participantes, com uma versão para gays (Cf. Anexo 3) e outra versão para lésbicas (Cf. Anexo 4). Após lerem os cartões, os/as participantes tiveram que seleccionar a frase/fase com a qual se identificavam, no momento presente, tendo-lhes sido solicitado posteriormente que colocassem os cartões segundo uma ordem cronológica que lhes fizesse mais sentido, tendo em conta as suas experiências pessoais e as suas trajetórias de vida (cf. Anexo 5). Com esta modalidade de carácter inovador, pretendemos, por um lado, compreender a compatibilidade do modelo de Fassinger e colaboradores (1996), passamos 20 anos, com as vivências atuais de gays e lésbicas, por outro, o uso dos cartões servirá como suporte para a análise e discussão dos dados enriquecendo e sustentando a leitura dos mesmos, pois na relação com os discursos, é possível captar a fase desenvolvimental ou fases que os sujeitos se encontram e a compreender a ligação entre os dois modelos que servem de base da investigação.

Consentimento informado e confidencialidade dos dados

Por fim, no início das entrevistas foi entregue aos/as participantes, uma declaração de consentimento informado (cf. Anexo 6) e uma ficha informativa sobre o compromisso de confidencialidade dos dados (cf. Anexo 7) onde foram explicados os propósitos do trabalho e pedida permissão para proceder à gravação em formato áudio das entrevistas, salvaguardando o anonimato e a confidencialidade. Depois da transcrição, as gravações das entrevistas foram destruídas para preservação da deontologia inerente à investigação. Os locais das entrevistas foram escolhidos pelas pessoas participantes de modo a garantir que se sentissem o mais confortáveis possível, desde que as condições acústicas e o anonimato estivessem asseguradas.

2.4. Método de análise dos dados

Dentro das abordagens de carácter qualitativo, a análise temática, caracterizada pela identificação, análise e descrição de temas que surgem nos dados, o procedimento mais adequado para esmiuçar os dados recolhidos (Braun & Clarke, 2006). Este método permite aceder às linhas de significado implícitas e explícitas que emergem nos discursos (Braun & Clarke, 2013) e tendo em conta o posicionamento epistemológico adotado ao longo deste trabalho, assente numa perspetiva construcionista social que privilegia as interações sociais e as formas de significação daí resultantes, tendo em conta o contexto cultural, social e histórico (Burr, 1995), procurando a complexificação do conhecimento da realidade, este é o método que melhor se adequa aos propósitos da presente investigação.

A análise temática foi de carácter dedutivo e indutivo, pois existiu um envolvimento teórico com a literatura antes da recolha e análise dos dados e desse envolvimento despontaram dados não contemplados na literatura existente e, posteriormente, na análise das entrevistas surgiram temas novos.

Posto isto, após a recolha dos dados, procedeu-se à análise dos mesmos, atendendo às seis fases propostas por Braun e Clarke (2006, 2013). Na primeira fase – *familiarização com os dados* – procedeu-se à transcrição *verbatim* das entrevistas feita pela própria investigadora e à consequente imersão nos dados, através da leitura e releitura dos dados que permitam chegar às primeiras impressões e ideias.

Na segunda fase – *produção dos códigos iniciais* – procedeu-se à elaboração de uma lista geral de ideias que permitiu gerar os códigos iniciais. A terceira fase – *pesquisa de temas* – consistiu na distribuição dos códigos por temas, ou seja por unidades de análise mais amplas. Na quarta fase – *revisão dos temas* – procedeu-se à verificação das ligações estabelecidas entre os temas identificados e as unidades de análise codificadas, resultando no mapa temático da análise (cf. Figura 3). Na quinta fase – *definição e nomeação dos temas* – procedeu-se a uma análise mais fina de cada tema, procurando que os nomes atribuídos a cada tema sejam capazes de estabelecer uma narrativa coerente e organizada da análise geral. Por fim, na última fase – *redação do relatório* – consistiu na elaboração do relatório escrito com os resultados, contendo os extratos mais significativos e particularmente ilustrativos dos temas em que se integram, procurando criar uma dinâmica coerente, clara e concisa dos dados com a narrativa na qual as experiências dos/as participantes se inscrevem.

3. Análise e Discussão dos Resultados

Nesta secção serão apresentados os dados que surgiram do processo de compromisso e envolvimento com os diversos elementos que compõem a investigação, estabelecendo um diálogo entre teoria e parte empírica.

Procuramos apresentar uma análise que trace uma narrativa que resulta do cruzamento dos processos de (des)construção das identidades gays e lésbicas e dos processos de luto, de forma a permitir gerar uma leitura inovadora sobre estes processos decorrente da articulação que aqui propomos entre destes dois olhares⁷: o da formação psicológica das identidades lésbica e gay e o do luto. A Figura 2. representa o esforço de articulação que resulta do cruzamento destes dois olhares e que faz emergir um novo caminho.

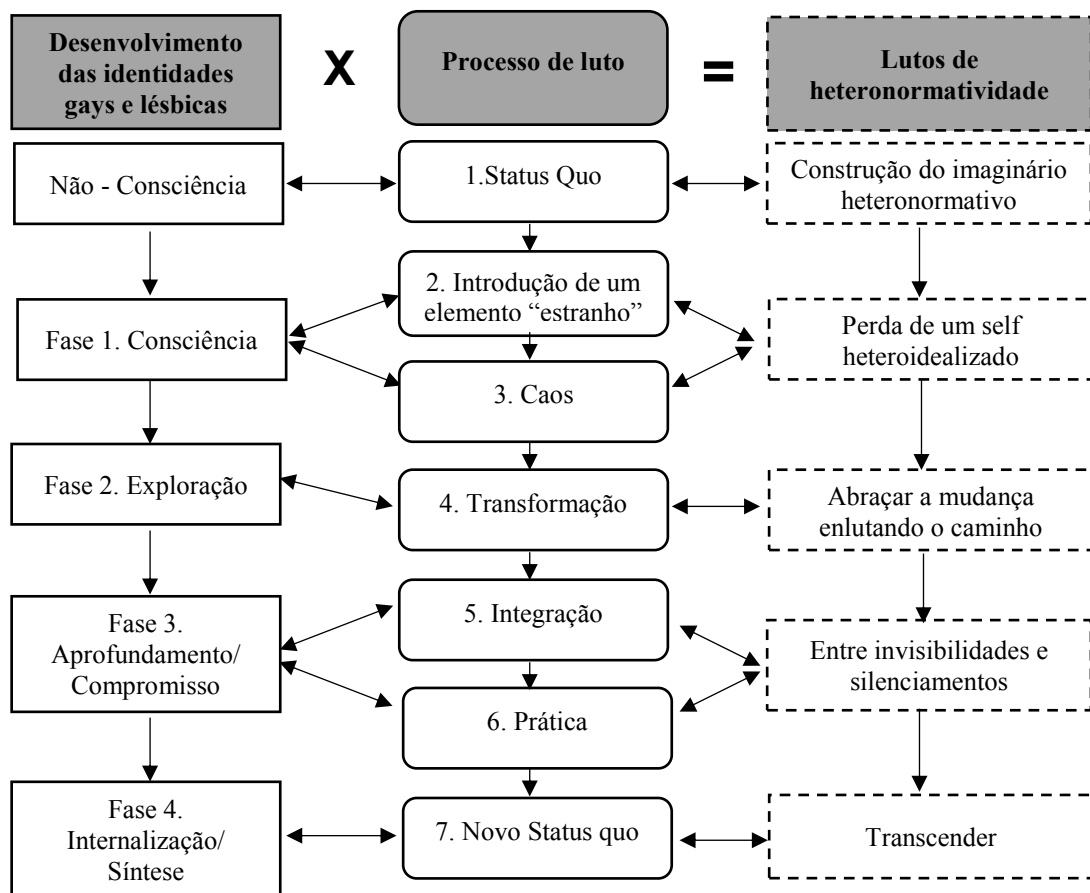


Figura 2. Resultado do cruzamento dos processos de (des)construção das identidades gays e lésbicas e dos processos de luto

⁷ Será utilizado o *itálico* para situar as fases/estádios dos modelos de base referidos neste trabalho.

Desta forma, optamos por apresentar cada tema, os seus subtemas e códigos⁸ e respetivos extratos discursivos de forma contínua, acompanhados pela respetiva reflexão e discussão apoiada, sempre que possível, na literatura existente, possibilitando ao leitor uma compreensão mais flexível e fluída do caminho percorrido por gays e lésbicas. Caminho este que os/as participantes afirmam ser percorrido de forma linear e marcado por momentos e é essa a narrativa que pretendemos transmitir.

Posto isto, neste processo foi possível identificar cinco temas e treze subtemas relacionados entre si, sendo o *organizador central* os lutos de heteronormatividade. O tema (i) *construção do imaginário heteronormativo* subdivide-se em dois subtemas: os estereótipos heteronormativos e o desconhecimento das “homossexualidades”; o tema (ii) *perda de um self heteroidealizado* subdivide-se em dois subtemas: perceber-se como (sexualmente) diferente, e homofobia internalizada; do tema (iii) *abraçar a mudança enlutando o caminho* resultam quatro subtemas: desafiar/quebrar normas, contacto com “iguais”, lidar com a perda de suporte e com a rejeição, e perda de segurança; o tema (iv) *entre invisibilidades e silenciamentos* abarca os subtemas: suporte positivo como facilitador, espontaneidade emocional (so)negada, aceitação “enganadora”, e lugares de revelação; por fim o tema (v) *transcender* com o subtema: um “eu” renovado. Importa, ainda, referir que todos os temas se relacionam entre si, contudo a apresentação dos mesmos procura seguir uma certa linearidade.

Para uma aproximação inicial ao organizador central, aos temas, subtemas e códigos resultantes da análise dos dados, apresenta-se a Figura 3, correspondente ao mapa temático da análise.

⁸ Os códigos serão apresentados a **itálico negrito**, de forma a facilitar a leitura e compreensão da narrativa que emerge da análise dos dados.

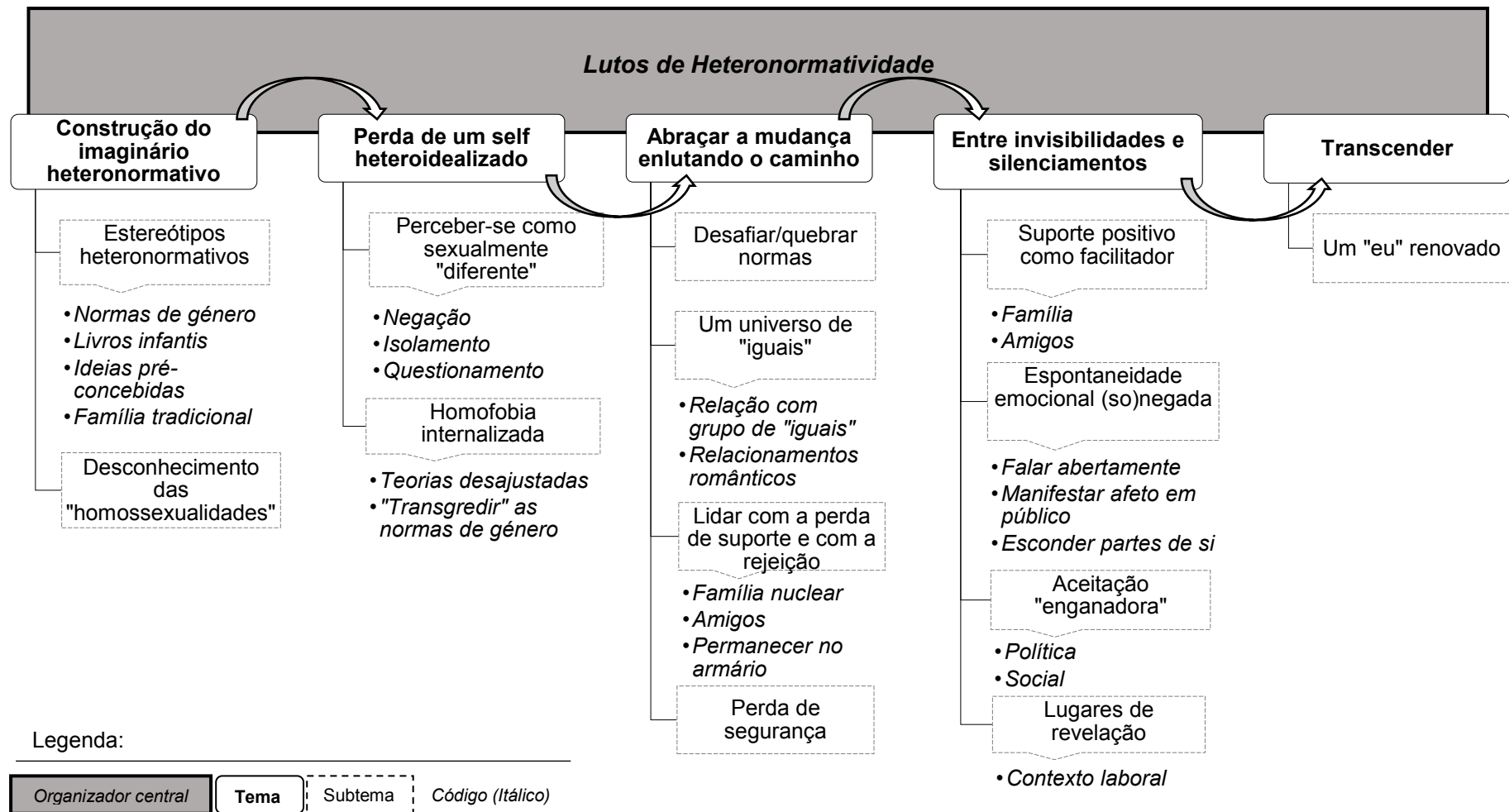


Figura 3. Mapa temático

3.1 Construção do imaginário heteronormativo

Nos discursos dos/as participantes, tendo em conta a análise retrospectiva que os mesmos fazem dos seus percursos, torna-se claro que ao longo dos seus caminhos houve momentos, no passado, em que foram absorvendo muito do que a cultura dominante transmite, contribuindo para que criassem noções do mundo assentes no universo heteronormativo. Esta conceção social e simbólica da heteronormatividade acabou por, em algum momento dos seus desenvolvimentos, ser assimilada confinando-os às esferas da heterossexualidade e dos papéis que são tradicional e estereotipadamente atribuídos ao homem e à mulher. Nesta fase, portanto, não há ainda uma *consciência* de um sentido de si como (sexualmente) “diferente” (Fassinger & Miller, 1996; McCarn & Fassinger, 1996), trata-se de um estado anterior, onde as crenças e valores que imperam na sociedade começam a ser estabelecidos como partes de si (Banmen, 1998; Satir et al., 1991).

Para uma melhor compreensão da abrangência desta construção serão apresentados, descritos e discutidos em seguida os subtemas e códigos que compõem este tema.

3.1.1. Estereótipos Heteronormativos

A heteronormatividade, que a todas e a todos nos influenciam e na qual vivemos imbuídos/as, incita violentamente à criação de determinados estereótipos baseados no universo do binarismo de género e da heterossexualidade. Este tipo de estereótipos são percebidos, no caso dos sujeitos entrevistados, desde muito cedo e tomam diversas formas como a consciência da existência de determinadas ***normas de género*** que devem ser seguidas para obter aprovação dos pais e da sociedade em geral (Goldman, 2013). Vejamos os seguintes exemplos discursivos:

“ (...) eu sempre odiei rosa. Uma vez gostei de umas sapatilhas que eram cor-de-rosa e a minha mãe ficou super contente, porque eu gostei e ofereceu-me as sapatilhas. Eu fiquei a pensar ‘mas porquê? Só porque são cor-de-rosa?’ (...) ”. (PLF9)

“ (...) não há padrões obrigatórios da sociedade, ninguém veste um uniforme, mas há aquela... É como no MacDonald’s, há o brinquedo do rapaz e o brinquedo de rapariga, há essa discriminação e então também há roupa de homem e roupa de mulher (...) ”. (PHM5)

Por outro lado, a própria cultura infantojuvenil cria direcção às crianças para um determinado caminho, o da heterossexualidade: vejamos o exemplo dos ***livros infantis*** referido por um dos participantes:

“ (...) Nunca apareceu uma história de um casal tipo Cinderela em versão homossexual, eu acho que desde pequenos, por exemplo, pegando nos filmes da Disney, nós somos formatados para aquela ideia de casal tipo normal, de uma história de amor dita normal e acho que isso no fundo vai-nos formatando (...)”. (PHM5)

Nos discursos dos/as participantes emerge, também, uma concepção de família algo limitante, que serve como modelo para as suas vivências e que é transversal à construção heteronormativa, trata-se da **ideia de família tradicional**, perceptível neste exemplo:

“ (...) há sempre aquela ideia ‘ah tenho um filho homem, vai casar, vai ter uma mulher, vai-me dar netos, etc (...)’. (PGM3)

Nesta construção do imaginário heteronormativo, vão surgindo algumas **ideias pré-concebidas** relativamente às vivências de gays e lésbicas. Por um lado temos a ideia de “promiscuidade” devido, à associação negativa e estereotipada, às práticas sexuais com múltiplos parceiros/as do mesmo sexo, por outro a crença da impossibilidade do amor entre “iguais” que é visível nestes exemplos:

“ (...) há sempre o estereótipo de que os homossexuais (...) tem mais aquela liberdade sexual e daquelas coisas das drogas.” (PHM6)

“ (...) não conseguia imaginar essa relação, hum, nos mesmos termos que uma relação heterossexual (...) não conseguia imaginar esse lado mais, mais romântico na relação e isso fazia-me alguma confusão (...)”. (PHM1)

3.1.2. Desconhecimento das “homossexualidades”

Contudo, para além dos preconceitos que se vão criando, surgem também, nos discursos de alguns/as participantes um certo desconhecimento da existência de orientações sexuais “não-normativas” nas fases mais precoces dos seus percursos de vida:

“ (...) eu não conhecia ninguém que estivesse numa relação [homossexual], não conhecia nenhum casal de namorados (...)” (PHM1)

“ (...) mas ‘o que é isto?’ a homossexualidade, não eram termos que eu conhecia (...)” (PLF7)

Posto isto, a construção do imaginário heteronormativo assenta fundamentalmente nas hegemonias heterossexual e binária de género que inferiorizam todos/as aqueles/as que ousam desafiar e/ ou opor-se a estas construções. Estas formas de viver e sentir constituem os pilares do crescimento de todos/as nós e é sobre eles que se começam a construir as pontes

para o futuro. Assim, estas construções começam a ser estabelecidas nas fases mais precoces, onde ainda não há uma consciência dos desejos e sentimentos por pessoas do mesmo sexo, e são o início de um caminho marcado pelo preconceito.

3.2 Perda de um self heteroidealizado⁹

No caminho que gays e lésbicas vão percorrendo, verifica-se que a tomada de *consciência* de uma orientação sexual “não-normativa” acarreta um questionamento das normas que foram construídas assentes no universo heteronormativo (Fassinger & Miller, 1996; McCarn & Fassinger, 1996). Este questionamento, que passa por uma aceitação pessoal de si enquanto (sexualmente) “diferente”, conduz os/as participantes para um estado de caos, onde os sentimentos se encontram confusos e emaranhados. Se olharmos para o modelo de leitura que articula os dois modelos teóricos e que propomos neste trabalho, verificamos que este *elemento estranho* que surge, que vai ganhando forma de tomada de *consciência* da sua orientação sexual, vem corromper o imaginário heteronormativo que vinha sido construído, desafiando as normas, os valores e as crenças que lhes tinham sido instituídas. Um sentido de si, idealizado, como heterossexual, é desafiado e posto em causa. Para estes sujeitos, começam a tornar-se conscientes as implicações que a discriminação pode ter nas suas vidas, abrindo caminho para conflitos internos e medos intensos. Para melhor compreender este caminho, apresentamos os subtemas que compõem este tema.

3.2.1. Perceber-se como (sexualmente) “diferente”

O processo de despertar para as “homossexualidades”, apresenta-se como algo prolongado no tempo que implica uma série de reformulações de significado na construção e reconstrução de si como (sexualmente) “diferente”. Os/as participantes referem haver um sentimento de “diferença” desde sempre, mas devido a todas as pressões sociais, torna-se difícil decifrar o seu significado, sendo este o primeiro grande obstáculo que gays e lésbicas encontram no seu caminho, a não-identificação com a hegemonia heterossexual e a falta de referências que sustentem os seus sentidos:

“(...) eu sempre soube que havia ali alguma coisa de diferente, sempre senti isso, no entanto eu não sabia exatamente o quê (...).” (PHM1)

⁹ Foi pensado nomear este tema integrando a expressão *self heteroidealizado*, quer por remeter para essa força da heteronormatividade, quer por dar a perceber que o self é idealizado não pela própria pessoa, mas que é imposto.

“ (...) sempre foi uma coisa que eu me fui apercebendo que era "diferente" (...) sempre soube, mas no início, quando era criança não percebia muito bem o que era, não percebia que era possível, não percebia os termos, nem se quer tinha conhecimento dos termos (...).” (PGM3)

O facto de a cultura dominante não validar as vivências de gays e lésbicas, torna difícil a perspectiva de um futuro favorável, pelo que os/as participantes revelam ter havido tentativas de voltar a um *status quo* anterior, e uma consequente **negação**:

“(...) também já namorei com uma rapariga, não durou muito tempo. Percebi que não era aquilo que eu queria (...).” (PHM5)

“ (...) tentei estar com rapazes, forcei-me efetivamente e acabava sempre por me repugnar e fazia-me confusão.” (PLF9)

A partir do momento em que se torna consciente este ser (sexualmente) “diferente”, e ao contrário dos/as jovens heterossexuais, não é, geralmente, uma realidade que seja aceite sem questionar (Attrell, 2013). Alguns/as participantes referem ter ocorrido um **questionamento** muito pessoal, que pode ser encarado como uma forma de revolta:

“(...) porque é que eu sou assim e não sou igual às outras pessoas? Essa confusão de tentar perceber o porquê de eu ser assim (...).” (PHM6)

“ (...) quando percebi a minha orientação sexual a minha reação foi ‘porquê eu?’, ‘ok, eu aceito nos outros, mas porquê eu? (...)’.” (PLF9)

Toda esta vivência exacerba o medo de ser descoberto/a, de ser rejeitado/a ou discriminado/a e contribui para que gays e lésbicas se refugiem num certo secretismo e vivam, sintam este processo de forma muito isolada. Toda a construção do mundo que foram criando empurra-os/as para um sentido de não existência e de incompreensão (Goldman & Livoti, 2011). Vejamos alguns exemplos desse **isolamento**:

“(...) eu não tinha apoio nenhum, ninguém me dizia que isto era natural”. (PGM3)

“ Eu vivia num meio muito pequeno, então não havia qualquer tipo de preocupação por quem está na escola, etc, nem facilidade em comunicar com os amigos e com o meu grupo, etc, portanto era uma vivência que eu tinha que fazer muito sozinho (...).” (PGM4)

3.2.2 Homofobia Internalizada

Participar numa conjuntura que apenas dá visibilidade e validade às relações heterossexuais, cria e gera uma série de assunções e preconceitos que por vezes são internalizados por gays e lésbicas (Cox et al., 2011). Falamos de homofobia internalizada

(e.g. explicitada no ponto 1.2. da parte teórica). Vejamos um exemplo de um participante que, provavelmente, por ter desenvolvido um sentido de si e das relações entre pessoas do mesmo sexo como “inferiores” às heterossexuais, ou por ter assimilado a ideia transversal a algumas pessoas do “*don’t ask, don’t tell*”¹⁰, acaba por se reprimir e reduzir-se às esferas do privado para poder amar(-se), mas também revela, de forma mais subtil uma certa repulsa e desprezo por aqueles que ousam desafiar a hegemonia heterossexual:

“(...)acho que beijos na rua e essas coisas é intimidade que as pessoas [homossexuais] devem ter única e exclusivamente em casa, porque a partir do momento em que se começa a expor esses beijos e assim (...) as pessoas ficam um bocado chocadas, acho que devem ser só no casal, porque faz parte da intimidade deles e não deve ser exposta ao mundo (...)” (PHM2)

Ao falar de homofobia internalizada, surgem, nos discursos dos participantes, referências a teorias que são criadas e disseminadas para explicar a origem da “mal-dita” homossexualidade numa tentativa de inferiorizar gays e lésbicas (Carneiro, 2009). Falamos de *teorias desajustadas* e desadequadas, presas aos paradigmas psicanalíticos e da patologização da homossexualidade (Moita, 2001), que são tomadas como válidas por alguns participantes:

“(...) quer homossexuais quer lésbicas, transformam-se, ou “tem” esta orientação por falta de carinho e falta de berço desde o início e essas coisas todas e depois procuram refugiar-se na homossexualidade, porque é mais fácil, para receber e ter essa atenção e esse carinho e na verdade não sabem bem se é aquilo que querem ou não (...)”. (PHM2)

“(...) a maior parte das pessoas que tem esta opção que eu tenho, os pais são divorciados, ou pelo menos as pessoas que conheço (...) essa falta de imagem masculina ou essa família meio disfuncional pode criar essa necessidade de sermos assim [homossexuais] ou de nos tornar mais sensíveis e de criar algum distúrbio (...)”. (PHM5)

Ainda associada à homofobia internalizada, mas desta forma direcionada aos padrões de género que são estipulados na sociedade em que vivemos, deparamo-nos, por um lado com tentativas de cumprir os padrões do que é “ser” homem e do que é “ser” mulher, e por outro por uma certa repulsa e desconforto por aqueles que se atrevem a “*transgredir*” as *normas de género*:

“(...) o problema da homossexualidade é que as pessoas canalizam a homossexualidade para um lado muito feminista num homem e acho que se nós todos tivermos um comportamento como o meu, de respeito e de sermos ditos normais dentro dos padrões normais da sociedade, a sociedade olha

¹⁰ “Don’t ask, don’t tell” é o nome dado à regra aplicada desde 1993 às forças armadas dos E.U.A. onde não era permitido perguntar a orientação sexual a alguém do exército, mas também não era permitido divulgar de forma aberta uma orientação sexual não heterossexual. Esta regra foi revogada pelo Presidente Obama, em Dezembro de 2010 (Stolberg, 2010).

para nós como mais uma pessoa dita normal. Agora quando começam com aqueles chamados tiques e não sei quê, depois é de facto muito complicado e eu olho para isso, não sou a favor disso (...)". (PHM1)

"(...) assusta-me muitas vezes aqueles rapazes que são mais efeminados e gostam de vestir como raparigas, ou assim, ou usar parte de roupa mais feminina, assusta-me porque eu acho que isso muitas vezes faz pensar que toda a gente que tem essa orientação é assim e acho que isso dificulta muitas vezes a aceitação(...)". (PHM5)

Importa referir que os discursos marcados pela homofobia internalizada verificam-se, mais fortemente, nos participantes gays, o que pode dever-se ao facto das transgressões de género masculinas serem menos toleradas e mais rígidas, do que as transgressões de género femininas (Halberstam, 1998; D'Augelli, Grossman & Starks, 2005).

Estes dados remetem-nos para o impacto que a homofobia internalizada tem nos/as participantes, por se encontrar associada a depressão, menor suporte social, baixa autoestima, estratégias de *coping* desadequadas e uma menor predisposição para revelar a sua orientação sexual (Meyer, 1995, 2001, 2003; DiPlacido, 1998; Cox et al., 2008; Vanden Berghe, Dewaele, Cox & Vincke, 2010; Nicholson & Long, 1990; Waldo, 1999).

3.3. Abraçar a mudança enlutando o caminho

Face à tomada de consciência de *ser* (sexualmente) diferente e de sentir-se parte de uma "minoría" sexual, os/as participantes revelam haver uma necessidade de adaptação à nova realidade, onde a heteronormatividade não faz mais sentido. Trata-se de uma fase do caminho marcada por diversos momentos, onde se inicia a *transformação* de crenças antigas (Banmen, 1998; Satir et al., 1991) e a *exploração* ativa dos desejos e sentimentos por pessoas do mesmo sexo, procurando encontrar um sentido de pertença (Fassinger & Miller, 1996; McCarn & Fassinger, 1996). Contudo, há o outro lado do caminho, há um lidar inevitável com perdas literais e simbólicas ao nível relacional e social, num caminhar profundo onde se perdem partes de si para se poder dar vida a outras áreas das suas existências.

Para uma maior compreensão da composição deste tema apresentamos de seguida os subtemas que lhe dão sentido.

3.3.1. Desafiar/quebrar normas

Os/as participantes revelam uma necessidade de quebrar/desfiar as normas que regem a nossa sociedade: falamos sobretudo da heteronormatividade que impera nas nossas vidas

e que gays e lésbicas se vem “obrigados” a desafiar na tentativa de encontrarem o seu lugar no mundo e de se encontrarem a si próprios ao abraçarem, aceitarem e permitirem-se “ser” e amar quem realmente são:

“(...) para ter a vida que quero, para me poder comportar de forma que não me envergonhe, não tenha que me sentir mal. Obviamente que tive que de alguma forma e progressivamente ir contra essas normas, porque de alguma forma elas acabam por estrangular aquilo que eu quero e chega-se a um ponto em que são elas ou eu, e ou se perde completamente ou então começamos pouco a pouco a resistir e a tentar mudar isso (...)”. (PGM4)

3.3.2. Um universo de “iguais”

Com o quebrar de normas surge uma exploração ativa dos desejos e sentimentos por pessoas do mesmo sexo. Os/as participantes revelam ter sido extremamente importante encontrarem nos seus caminhos pessoas com as quais se identificavam, pois junto dessas pessoas encontravam a segurança, o conforto e a partilha que fora dessa rede viam ameaçada. Vejamos alguns excertos relativos ao estabelecimento de **relações com o grupo de “iguais”**:

“(...) foi essencial para criar, acho que uma rede de apoio para tomar decisões relativamente à minha vivência como homossexual, foi crucial ter conhecido pessoas que estavam, se calhar um bocadinho mais à frente no caminho (...)”. (PGM4)

“(...) era muito mais fácil abordar certos temas com eles porque eles estavam no mesmo barco que eu, remavam no mesmo caminho que eu e percebiam muito mais facilmente e então acho que é essencial nós termos pessoas que também sejam [homossexuais] (...) nunca me senti tão bem inserido em nenhum sítio do que naquele momento, porque estava ali e as pessoas percebiam-te e tu podias despir, basicamente, a máscara, podias retirar a máscara ou aqueles cuidados(...)”. (PHM6)

“(...) ajudou bastante perceber que não era a única pessoa no mundo e que não era anormal, porque quer queiramos quer não (...) acabamos por achar que somos anormais (...)”. (PLF9)

Para além da procura de um sentido de pertença grupal, há uma exploração ativa dos sentimentos que podem emergir por uma pessoa em particular. Os relacionamentos românticos são extremamente importantes, principalmente no estágio de resolução do conflito entre intimidade e isolamento, pois permitem a partilha de experiências íntimas e o desenvolvimento de um sentido de confiança no outro (Erikson, 1963). Desta forma, os **relacionamentos românticos** que são vividos com um misto de entusiasmo e de medo pelos/as participantes, revestem-se de uma importância fulcral:

“(...) aquele primeiro beijo com um rapaz foi diferente, teve ali alguma coisa que se destacou (...) e aí foi um pouco confuso, porque ainda estamos a lidar com uma novidade apesar deste processo todo (...)”. (PHM6)

“(...) quando comecei a falar com um rapaz, que de um momento para o outro despertou a minha atenção, e eu percebi que não era uma coisa abstrata, mas era uma coisa concreta. Isso foi o primeiro momento mesmo que me fez perceber as coisas (...)”. (PGM3)

Este subtema é bastante representativo da fase de *exploração* da identidade sexual individual e grupal, proposta pelo modelo integrativo das identidades gays e lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996), pois por um lado os/as participantes revelam ter havido uma procura ativa de um sentido de pertença a um grupo de “iguais”, e por outro uma necessidade de proximidade em relação a alguém em particular que permitisse uma exploração ativa dos sentimentos/desejo por pessoas do mesmo sexo.

3.3.3. Lidar com a perda de suporte e com a rejeição

Neste caminho de transformação e exploração, e associado à percepção, cada vez mais estabelecida, de si como (sexualmente) “diferente”, os/as participantes revelam uma vontade de partilharem os novos significados que foram criando com as pessoas que os rodeiam e aqui o medo da rejeição é uma constante. Ao revelarem a sua orientação sexual, gays e lésbicas arriscam-se a verem os seus caminhos desapoiados por aqueles/as que lhes são mais significativos/as, percorrendo os trilhos da incompreensão e da rejeição. A revelação aos pais é vista como um dos momentos mais marcantes e desafiantes do caminho, sendo um acontecimento vivido com muita ansiedade e grande desconforto (Weber-Gilmore et al., 2011). A revelação abarca a possibilidade de uma maior proximidade com a família por um lado, e a possibilidade de se perderem esses laços afetivos por outro (Morrow, 2000). Alguns participantes revelam que tinham uma boa relação com os pais antes da revelação e que depois houve, de facto, uma quebra, mas no cômputo geral todos/as os/as participantes revelam algum tipo de mudança ao nível do relacionamento com a *família nuclear* após a revelação:

“(...) foi complicado relacionar-me no início com o meu pai (...) teve sem falar pra mim durante muito tempo por causa disso e a tratar-me como se eu tivesse uma doença (...) foi uma coisa má porque viver todos os dias com uma pessoa que trata um pouco abaixo de cão é complicado (...) Acho que não desejo isto a ninguém”. (PLF9)

“(...) a minha mãe tinha uma certa aversão a isso no início e não me falou durante um ano, não me tocou durante um ano (...)”. (PLF7)

“(...) com os meus pais foi terrível ao início, foi (...) emocionalmente muito violento (...) a usarem terminologias e ideias muito complicadas de lidar e estava sozinho. Depois toda aquela pressão para me sentir anormal (...) e o silêncio em casa, porque depois (...) ou berravam comigo ou não falávamos”. (PGM4)

“(...) eu tinha uma relação muito boa com a minha mãe (...) e que depois chegou aqui a dois ou três pontos de rutura, este com certeza o principal [ser homossexual] e desde essa altura que é aos solavancos. Neste momento estamos há meses sem falar direito (...)” (PHM6)

Para além das perdas e mudanças na relação com a família nuclear que pode durar meses ou anos a ajustar-se ao facto de ter um/a filho/a gay ou lésbica (Morrow, 2000), também há os medos associados à revelação aos amigos e às amigas. Os pares/amigos são geralmente aqueles a quem a revelação é feita em primeiro lugar (Clarke, Ellis, Peel & Riggs, 2010; Rossi, 2010; Hunter 2007), estando os restantes contextos e pessoas, muitas vezes, privados da revelação da sua orientação sexual. Logo, a revelação aos amigos e amigas adquire um carácter fulcral por serem a primeira experiência de “exposição” a alguém que é importante e significativo para eles/elas. Relativamente aos **amigos**, também se registam algumas perdas a este nível:

“(...) se calhar pode haver uma rutura, e se calhar até, às vezes, são pessoas que tu até gostas mesmo muito, mas pronto são pessoas que não conseguem compreender e tem que acabar por ali (...)”. (PGM3)

“(...) o outro grupo [de amigos] simplesmente decidi fugir, até hoje não tive coragem de lhes contar (...) eram pessoas que eu , apesar de gostar muito, eram pessoas que conhecia à menos tempo (...) fugi de ser rejeitada, fugi daquela situação (...)” (PHF8)

“(...) as pessoas não compreendiam, lá está ou porque não tinham informação, ou porque tinham sido criadas em contextos que não consideravam aquilo correto (...) foi um período um bocado tenso (...)” (PGM3)

Apesar das perdas que se registam ao nível das amizades, é a revelação à família que gera maior ansiedade e desconforto, porque gays e lésbicas podem seleccionar aqueles amigos que se mostram mais apoiantes, algo que não é possível fazer com a família (Cain, 1991). Por esse motivo, e entre outros, há participantes que **permanecem no armário**, mantendo, assim uma certa distância pessoal, emocional e social daqueles/as que lhes são significativos/as, restringindo as suas vivências a um secretismo, numa esfera meramente privada (Poeschl, Venâncio & Costa, 2012; Weber-Gilmore et al., 2011). O “armário” parece, mas apenas parece, um lugar seguro, porque os riscos de revelar uma orientação sexual “não-normativa” aos pais perspetivam-se como devastadores, contudo esta antecipação de possíveis perdas e toda esta angústia torna o “armário” um lugar sufocante ou, como diz um slogan anglófono, *“a closet is a very lonely home”*.

“(...) os meus pais não sabem (...) ainda não estou preparado para lidar com esse choque que irão ter (...) por vezes até sinto necessidade (...) eu tenho uma relação muito próxima com a minha mãe (...) só que nesse campo há ali uma quebra, porque não partilho nada com ela e às vezes acho que

seria essencial de o dizer (...) como sou filho único eu sinto necessidade de não os desiludir e de não os magoar e eu sei que em certo ponto isso vai afeta-los, de uma certa maneira (...).” (PHM6)

“(...) tenho muitas amigas, tenho muitas pessoas que são homossexuais e a maior parte os pais não sabem, tem medo. ‘Quando eu sair de casa eu conto’, ‘quando não tiver que estar às custas deles eu conto’. Há outros que se calhar nem assim vão contar (...).” (PLF9)

3.3.4. Perda de Segurança

Inerente a este quebrar/desafiar de normas e a uma maior exposição, alguns/as participantes relatam situações de homofobia que põem em causa, de forma clara, a segurança e o bem-estar destas populações na sociedade. Esta perda de um sentido de confiança e segurança na comunidade onde se inserem, pode potenciar uma necessidade de proteção constante, pois a realidade passa a ser percebida como perigosa e a aceitação social passa a ser uma miragem, provocando sofrimento, vergonha e um sentido de desconexão com os outros (Attrell, 2013). Vejamos os excertos de duas participantes referindo-se a situações em que a sua segurança foi posta em causa:

“(...) veio um grupo todo, para aí 6 ou 7 pessoas que andavam atrás de mim e da outra rapariga e começaram à porrada connosco, foi um bocado (...) uns queimarem-nos com cigarros, uns tentarem-nos bater, o confrontarem-me com o que eu era e o que não era (...) Acho que foi muito agressivo (...) Naquela idade ninguém devia ter que, ninguém deve sofrer aquilo (...)”. (PLF11)

“(...) eu tinha-o ouvido [um colega de faculdade] a fazer comentários homofóbicos e a dizer que todos os homossexuais deviam ser todos mortos a tiro (...)”. (PLF9)

Este tema marca uma mudança e adaptação dos/as participantes à realidade onde há uma abertura para uma autoaceitação e para corajosamente trilharem caminhos marcados por transformações de crenças, valores e sentimentos. Se por um lado começa a haver uma construção de uma identidade (sexualmente) “diferente” e a ganhar-se um sentido de existência de outros/as “iguais” que dão sentido ao caminho, por outro há uma sociedade, amigos, familiares que não compreendem as suas vivências por não conseguirem desapegar-se dos pilares da heteronormatividade.

3.4. Entre invisibilidades e silenciamentos

A presente análise e discussão dos dados demonstra que ao longo do caminho de gays e lésbicas e após os primeiros contactos com o grupo de “iguais”, o sentido de si como (sexualmente) “diferente” é reforçado. Os/participantes começam a perceber aquilo que foi mudando nas suas formas de viver e sentir e começam a ponderar as suas opções e dar prioridade a algumas coisas em vez de outras. As novas formas de viver e as novas crenças e sentimentos, que surgiram após o questionamento da hegemonia heterossexual, são

integradas e começam a ser colocadas em *prática*. Surge então uma necessidade de um maior envolvimento e *aprofundamento/compromisso* com o grupo de “iguais”, de acordo com a designação proposta pelo modelo integrativo das identidades gays e lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996). No entanto este caminho apresenta-se continuamente demarcado por formas de opressão que ganham forma diariamente.

De seguida são apresentados os subtemas que constituem estas lutas diárias.

3.4.1. Suporte positivo como facilitador

Os/participantes revelam que um suporte positivo se revela como um facilitador no processo de autoaceitação e na forma como gays e lésbicas abraçam completamente a sua identidade:

“ (...) se as pessoas que te são queridas te aceitarem tudo é muito mais fácil (...).” (PLF10)

O suporte positivo dos pais contribui para que gays e lésbicas criem visões menos hostis do mundo e se sintam mais apoiados e confiantes, para além de contribuir para níveis de homofobia internalizada, depressão e ideação suicida mais baixos (Baiocco, Laghi, Di Pomponio & Nigito, 2012; D’Augelli & Grossman, 2001; Ryan, Russel, Huebner, Diaz & Sanchez, 2010). Assim, o apoio da *família* revela-se como uma grande fonte de força e de segurança.

“ (...) a partir do momento em que a minha família me aceitou, senti-me mais protegido(...)”. (PHM2)

“ (...) em casa era o meu refúgio (...)”. (PLF11)

O suporte positivo dos *amigos* fora do grupo de “iguais” também se revela muito importante. Este suporte permite que gays e lésbicas percebam que é possível que heterossexuais os/as aceitem e que é possível desafiar as normas vigentes e intolerantes da sociedade sem que isso implique um constante retraimento e um certo secretismo. Este suporte permite que gays e lésbicas vejam as suas vidas mais apoiadas e que estabeleçam relações de maior proximidade com os outros, para além de facilitar a desconstrução de estereótipos e diminuir o preconceito (Gato, Fontaine & Carneiro, 2012).

“ (...) tive mais medo pelos meus amigos, por interpretarem isso de outra forma, mas tive sorte de ter bons amigos e correu tudo bem (...)”. (PLF10)

“ (...) eu ter uma rede de amigos que funcionou aqui como grande suporte para mim (...)”. (PHM1)

3.4.2. Espontaneidade emocional (so)negada

Ao falarmos de uma maior envolvimento com o grupo de “iguais” e de um compromisso cada vez mais solidificado da identidade e intimidade, tornam-se cada vez mais conscientes os constrangimentos sociais que são impostos àqueles/as que se dizem (sexualmente) “diferentes”. A percepção de preconceito e discriminação por vezes não é óbvia para os/as participantes, no entanto ao analisarmos os seus discursos deparamo-nos com formas camufladas e “subtis” de tecnologias de controlo impostas pela hegemonia heterossexual, que instiga a ideia de inferioridade das relações “não-normativas” e não permite viver, sentir e amar no domínio do público. Deparamo-nos assim com formas de preconceito que gays e lésbicas vivenciam diariamente e que “obrigam” a construir “armários”, empurrando os sujeitos mais uma vez para o secretismo. Estes preconceitos colocam entraves ao “amor entre iguais” (Menezes & Costa, 1992), que veem a sua expressão emocional espontânea (so)negada, pois as suas formas de amar tornam-se perigosas no domínio público, devido aos olhares de reprovação, aos comentários depreciativos, à violência real e simbólica (que continua a poder matar quem é visto como inferior pela sua orientação sexual) e principalmente ao desconforto sentido.

Esta construção de “armários” toma diversas formas, como por exemplo a “ilegitimidade” em *falar abertamente* sobre os seus relacionamentos:

“(...) o facto de falares na relação em si com outras pessoas, tu podes dizer "ah eu e o meu namorado também fomos ali", geralmente não dizes "ah eu e o meu namorado", dizes "ah eu e aquela pessoa fomos ali", por uma questão de, talvez medo do julgamento se fores sincero, se fores transparente, se fores natural o que não devia acontecer (...)”. (PLF7)

“(...) se estiver num grupo só com rapazes e a maior parte ou todos forem heterossexuais a não ser eu, se calhar ainda não é lícito ou normal que eu me pronuncie da mesma forma que o resto se pronuncia e mudar isso, mesmo no grupo mais próximo de nós é muito complicado e trás um bocadinho essa angústia do sectarismo da normalidade e é mais custoso do que confuso(...)” (PGM4)

Por outro lado, *manifestar afeto em público* como dar um beijo ou um abraço é visto como um lugar inexplorado por alguns participantes e muito ponderado por outros/as:

“(...) enquanto vais por exemplo passear com o teu namorado e podes andar na boa de mãos dadas e sentar-te no muro e simplesmente dar-lhe um beijo, acho que num casal homossexual isso não acontece tanto com medo das represálias (...)”. (PLF7)

“(...) [andar] de mão dada ou estares à vontade em espaços públicos e poderes fazer o que casais fazem normalmente, penso que é uma coisa que ainda me custa fazer e que possivelmente gostaria de fazer sem que me sentisse inibido (...)”. (PHM5)

Estas tentativas de invisibilizar as vivências de gays e lésbicas, levam os/as participantes, em alguns casos, a **esconderem partes de si** e agirem de forma a não serem prejudicados ou postos de partes. Tratam-se de tentativas de participar no espaço do público sem serem alvo do escrutínio social.

“ (...) as pessoas [homossexuais] também se escondem, não podemos agir como as pessoas normais (...)”. (PLF11)

“ (...) há uma total heteronormatividade no meio e então as conversas que temos que ter na escola, ou fora da escola com os amigos tem que ser excessivamente pensadas e não se pode dar (...) há um receio, medo mesmo, medo de descair, de deixar sair alguma coisa (...)”. (PGM4)

Estes limites que a sociedade impõe a gays e lésbicas, tem consequências arrebatadoras nas suas vidas, pois impede-os/as de explorarem o espaço do público livremente e de amarem(-se) sem receios. Estes limites fazem sobressair os privilégios que parecem ser apenas heterossexuais e que as minorias sexuais veem negados. Esta atmosfera de opressão e desconforto coloca entraves à intimidade pessoal e dos casais que se sentem vulneráveis ao expor os seus sentimentos nas esferas do público, arriscando a humilhação, a violência verbal e física e o desconforto (Attrell, 2013; Oliveira, Costa & Nogueira, 2013).

3.4.3. Uma aceitação “enganadora”

Os/as participantes reconhecem que Portugal tem feito grandes progressos no que toca à legislação e aos direitos das pessoas LGBT, contudo, enquanto uns dizem que em termos de leis não há muito mais conquistas a serem reclamadas, outros/as mostram-se inconformadas com a forma como a **política** tem procurado mascarar um preconceito que se vive e se sente diariamente nas ruas (Costa & Nardi, 2015).

“ (...) deve existir mais um trabalho de proteção da nossa liberdade em relação ao trabalho, à não discriminação no trabalho, na utilização de espaços públicos, na utilização de tudo aquilo que um cidadão tem direito e que nós sendo cidadãos de ‘segunda classe’ ainda sofremos muito esse tipo de preconceito escondido (...)”. (PLF11)

“ (...) se olharmos para o casamento, é uma chachada (...) foi tipo como nos darem um rebuçado para nos calarmos (...) se me casasse com uma mulher sentiria na mesma que estava a sofrer preconceito, porque na realidade não é igual (...)”. (PLF7)

Nesse sentido, os/as participantes referem que sociedade ainda continua a encarar as “homossexualidades” como algo contranatura e, se por um lado não é politicamente correto maltratar alguém por ser (sexualmente) “diferente”, por outro o preconceito existe, faz parte

do quotidiano dos/as participantes, apenas apresenta uma forma mais subtil, mas que não deixa de reprimir, negar e empurrar gays e lésbicas de volta para o “armário”.

“ (...) Portugal até é um país que não sofre muito de preconceito, mas também existe um pouco de hipocrisia, porque é preconceito escondido, não se querem ficar, serem acusados de preconceito”.

“ (...) é uma luta diária, do dia-a-dia, da maior aceitação das pessoas ou não (...).” (PLF11)

“ (...) apesar de haver uma maior consciencialização a nível geral, uma maior aceitação, há ainda pessoas que não veem isto com bons olhos ou que acham que é anormal, que não é normativo” (PHF8)

3.4.4. Lugares de revelação

Tendo em conta todo o caminho que tem vindo a ser traçado ao longo desta análise, gays e lésbicas são “obrigados” a estar atentos/as às características dos contextos que os/as rodeiam onde vão emergindo novas formas de opressão. Para além disso cada pessoa nova que surge nos seus caminhos leva a novos questionamentos sobre a relevância ou não da revelação (Fassinger & Miller, 1996). Mais uma vez, são construídos novos “armários” ao longo do caminho que obrigam a reflexões profundas (Sedgwick, 2007). Os/as participantes apresentam diferentes níveis de “exposição” da sua orientação sexual, desta forma os medos e receios que antecedem a revelação são direcionados a diferentes esferas (Feldman & Wright, 2013). Há participantes que não revelaram aos seus pais, mas os seus amigos são fontes de apoio, há aqueles cujos amigos e família sabem, mas que não se expõem à comunidade, há outros que não o revelam no trabalho com receio das consequências. Apesar destas diferenças, todos/as tem em comum o facto de em algum momento das suas vidas serem assombrados pelos fantasmas do “armário” e pelo stress que daí advém (Feldman, 2001). Em grande parte dos casos, gays e lésbicas optam por esconder, sendo esta uma estratégia de *coping* que surge para gerir o estigma e evitar consequências negativas (Miller & Major, 2000).

“ (...) tenho sempre aquele receio e até que ponto isto vai prejudicar a minha vida pessoal ”. (PLF11)

“ (...) há pessoas com as quais o contacto quotidiano acabou por diminuir, porque não preciso de me dar com pessoas que me fazem sentir desconfortável (...).” (PGM4)

“ (...) Neste momento estou num estágio e é algo que não conto, porque não quero que isso influencie em nada (...).” (PLF7)

“ (...) eu não me sinto desconfortável comigo própria, mas se calhar não diria a minha orientação sexual para não me prejudicar, por exemplo, fui baby-sitter e era minha vizinha (...) nunca me senti confortável em contar-lhe, porque não queria que ela achasse que isso fosse mudar alguma coisa por eu estar ali a lidar com crianças (...).” (PLF9)

“ (...) não sei se seria muito bem aceite, principalmente por parte dos professores e assim, que sabes que tem influência em ti e gostava que isso fosse uma coisa normal, não ter que esconder.” (PLF10)

Um dos contextos mais referidos pelos/as participantes como gerador de questionamentos sobre as consequências da revelação diz respeito ao **contexto laboral**. A maior parte dos participantes encontra-se a estudar ou no início da atividade profissional, e tratando-se dos seus futuros este apresenta-se como um contexto de importância acrescida para gays e lésbicas. O facto de existir pouca proteção legal na maior parte dos locais de trabalho no que aos direitos das pessoas gays e lésbicas diz respeito, contribui para um clima baseado no medo de ser ridicularizado/a pelos colegas de trabalho e no medo de verem as suas carreiras estagnadas por formas de discriminação que coloquem entraves à sua contratação e à promoção na carreira (Hunter, 2007).

“ (...) no trabalho eu não escondo, mas também não divulgo (...) porque acho que não devo perder oportunidades por ser quem sou, mas também não é algo que eu me sinta à vontade para estar completamente à vontade com (...) e acho que é uma forma de defesa a nível profissional não divulgar isso(...)”. (PLF7)

“ (...) não sei até que ponto é que isso [ser homossexual] não pode influenciar ou prejudicar no mercado de trabalho(...)” (PGM4)

“ (...) acho que nem todas as pessoas encaram a homossexualidade como encaram a heterossexualidade, talvez em certos contextos de trabalho não será bem visto(...)”. (PHM6)

Posto isto, e atendendo aos diversos subtemas que compõem o tema do caminho continuamente demarcado, verificamos que são várias as lutas que gays e lésbicas vão enfrentando nos seus percursos, elas vão surgindo diariamente e vão desafiando constantemente a capacidade de ajustamento e de resiliência destas pessoas que todos os dias se deparam com formas de opressão e de invisibilidade que as forçam a construir e desconstruir “armários”.

3.5. Transcender

O último tema que surge na análise do caminho percorrido por gays e lésbicas parece caracterizar-se por uma espécie de *novo status quo* onde as mudanças que foram ocorrendo foram *internalizadas e sintetizadas* no mundo interno dos/as participantes (Banmen, 1998; Satir et al., 1991; McCarn & Fassinger, 1996; Fassinger & Miller, 1996). A autoaceitação e redefinição dos significados atribuídos ao grupo de “iguais” ocorreu e surge uma forma de transcendência. Os/as participantes já não são mais os mesmos, tocados que foram pela

viagem da autodescoberta e da recriação de formas de estar, ser, sentir e viver que desconheciam.

3.5.1. Um “eu” renovado

Os/as participantes referem que o caminho que foram percorrendo na (des)construção de si como (sexualmente) “diferente” os/as dotou de ferramentas e capacidades que não poderiam ter sido desenvolvidas de outra maneira.

“ (...) eu fui adquirindo capacidades para lidar com as observações ou críticas, ou comentários, isso fez-me desenvolver a minha parte intrínseca e estar mais preparado para qualquer coisa, talvez hoje consigo lidar melhor com uma crítica do que anteriormente, porque adquiri capacidades mesmo para gerir esse tipo de conflitos comigo próprio(...)” (PGM4)

“ (...) o facto de nós sermos considerados diferentes acabamos por ter uma mente muito mais aberta para o restante que é diferente(...)” (PLF11)

“ (...) sinto que tenho muito mais à vontade para tomar certas decisões que talvez não tomaria e agora pondero muito mais em prol de mim próprio e não em prol da restante sociedade ou até de família ou o que quer que seja(...)” (PHM6)

Este último tema, vai ao encontro aos três temas que Brown (1989) sugere como fazendo parte das experiências de gays e lésbicas. Primeiro, segundo o autor, o facto das “minorias” sexuais crescerem segundo uma visão do mundo heteronormativa, contribui para um maior entendimento das duas realidades e de uma maior consciência das formas de opressão, desta forma, estas pessoas acabam por desenvolver uma visão do mundo mais flexível e conseguem encontrar formas de atingir o equilíbrio e gerirem os preconceitos de que são alvos. Segundo, o autor postula que a discriminação e as normas heteronormativas que vigoram no contexto social e que atribuem o rótulo de “desviantes” àqueles que são (sexualmente) “diferentes” contribui para que os mesmos desenvolvam a capacidade de desafiar e se libertarem das normas convencionais. Por fim, o autor afirma que gays e lésbicas desenvolvem capacidades de (re)criar as suas próprias normas e expectativas em relação aos diversos aspetos das suas vidas, assim como de (re)inventar novos e criativos modos de vida em sociedade, afastando-se das normas ostracizam e limitam as suas formas de amarem.

4. Conclusões

A presente investigação pretendeu, acima de tudo, ser um estudo exploratório dos caminhos e obstáculos que gays e lésbicas percorrem e enfrentam ao longo da (des)construção de uma identidade sexual que ainda vive oprimida e estigmatizada por tecnologias de controlo heteronormativas que empurram estas pessoas para perdas irremediáveis a vários níveis e que as obrigam a (re)construírem “armários” a cada nova pessoa, a cada novo contexto, a cada nova situação. Desta forma, procurámos esmiuçar, através de um olhar crítico, as questões ideológicas, sociais, culturais, religiosas e políticas que vigoram na nossa sociedade e perceber as repercussões experienciais/ psicológicas e relacionais da discriminação em gays e lésbicas, o que nos permitiu perceber que a (des)construção de si como (sexualmente) “diferente” estaria marcada por uma série de perdas literais e simbólicas, que apelidamos de *lutos de heteronormatividade*, que nos fizeram procurar uma nova forma de olhar para os seus caminhos. Assim, foi baseado numa interligação entre dois modelos, por um lado o modelo integrativo das identidades gays e lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996), e por outro o modelo focado no processo de mudança (Banmen, 1998; Satir et al., 1991), sendo este último lido com as lentes do luto e da perda, que apresentamos este olhar renovado.

Portanto, dos dados recolhidos, e como resultado do cruzamento entre o desenvolvimento da identidade de gays e lésbicas e do luto, emergiram vários temas (construção do imaginário heteronormativo; perda de um self heteroidealizado; abraçar a mudança enlutando o caminho; entre invisibilidades e silenciamentos; e transcender) que fundamentam o caminho marcado pelos lutos de heteronormatividade. Este caminho percorrido por gays e lésbicas é marcado por constantes lutas, a primeira grande luta é a saída do “armário” para si próprio/a. Esta luta exige um desafio de todo um conjunto de normas, crenças e valores que são disseminados e assimilados por todos nós, falamos das hegemonias heterossexuais e binárias, falamos da perda de um sentido de si que se esperava ser heterossexual e da atribuição, muitas vezes, de características negativas a si próprio (e.g. homofobia internalizada) (Herek, Cogan, Gillis & Glunt, 1998). Contudo, mesmo estando dispostos a abraçar uma identidade (sexualmente) “diferente”, seguem-se uma série de pressões que a todo custo querem empurrá-los de volta ao armário, cada passo no caminho é marcado por uma vontade de ser “inteiro/a”, mas a sociedade heteronormativa acaba por

desfragmentar, de alguma forma, aqueles que desafiam e fogem a estes padrões “normativos”, tornando a caminhada muito mais difícil.

Os dados fazem emergir o sentido de perda e de desfragmentação. Há várias perdas no caminho, há a família que não aceita e cujo rumo da relação se altera irremediavelmente, há os amigos não aceitam e que ficam para trás, há a sociedade que não aceita e que sufoca, limita, estigmatiza e ostraciza as suas vivências, há a política que mascara e oculta toda uma hegemonia que predomina na sociedade e que encobre a discriminação e preconceito escondido, há as redes sociais, tal como referiu um participante (PG1), que estão inundadas de comentários homofóbicos de pessoas que se escondem atrás de um computador para dizerem aquilo que na rua não diriam, porque não é politicamente correto, e há no fundo um processo de luto da heteronormatividade que se encontra no pano de fundo destas paisagens. Há várias perdas e enquanto isso gays e lésbicas tem que lutar diariamente contra as tentativas de “matarem” as suas existências. Uma vez aberto o “armário”, lésbicas e gays não podem simplesmente sair e fechar a porta, a porta está sempre aberta, porque cada nova pessoa, cada novo contexto “obriga” à construção de novos armários, tal como Sedgwick (2007) afirma:

Mesmo num nível individual, até entre as pessoas mais assumidamente gays, há pouquíssimas que não estejam no armário com alguém que seja pessoal, económica ou institucionalmente importante para elas (...) Cada encontro com uma nova turma de estudantes, para não falar de um novo chefe, assistente social, gerente de banco, senhorio, médico, constrói novos armários cujas leis características de ótica e física exigem, pelo menos da parte de pessoas gays, novos levantamentos, novos cálculos, novos esquemas e demandas de sigilo ou exposição (...) O armário gay não é uma característica apenas das vidas de pessoas gays. Mas, para muitas delas, ainda é a característica fundamental da vida social, e há poucas pessoas gays, por mais corajosas e sinceras que sejam de hábito, por mais afortunadas pelo apoio de suas comunidades imediatas, em cujas vidas o armário não seja ainda uma presença formadora. (p. 22)

Vivemos numa sociedade em que, para muitos gays e lésbicas, o armário continua a ser o lugar aparentemente mais seguro e o suposto melhor refúgio em muitas situações. Estas pressões sociais mascaradas de silêncios, ausências e evasões, que encobrem a heteronormatividade e o preconceito sexual, servem como barreiras que impedem gays e lésbicas de viverem, sentirem e amarem(-se) plenamente numa esfera de conforto e segurança, e de se poderem “mostrar” e participar no domínio do público sem qualquer tipo de entraves (Carneiro & Menezes, 2004). Contudo, apesar do caminho ser difícil e exigente,

os/as participantes mostram que é possível crescer, aprender e encarar todas as suas experiências como algo positivo. Esta capacidade de transcendência já tinha sido apresentada por vários/as autores/as (e.g. Bonet, Wells, & Parsons, 2007; Goldman & Livoti, 2011; Moradi et al., 2009; Riggle, Whitman, Olson, Rostosky, & Strong, 2008; Savin-Williams, 2008) para se referirem à capacidade de estabelecer relações mais significativas com os outros, crescimento pessoal em resposta a um contexto discriminador, um sentido de verdade para com eles e com os outros, um aumento de empatia por outras minorias, e uma seleção e mudança de prioridades nas suas vidas. Esta capacidade de transcendência só é possível quando há uma integração e aceitação completa de uma identidade não heterossexual e quando se encara o caminho como uma experiência positiva, de aprendizagem e crescimento (Cox et al., 2011). Contudo estas capacidades surgem como mecanismos de resistência face aos obstáculos diários que encontram no caminho, muitas delas adquiridas depois de muito sofrimento, muitas quedas e muitas perdas.

Atendendo àquilo que análise dos dados nos permitiu entender aprofundadamente, consideramos termos dado resposta aos objetivos delineados para este trabalho. Por um lado, conseguimos responder à questão de investigação e compreender de que modo é que a (des)construção das identidades gay e lésbica está marcada por processos de luto literais e simbólicos, por outro entendemos que a proposta de olhar que aqui apresentamos, assente nos lutos de heteronormatividade, acaba por reforçar o impacto que as questões ideológicas, sociais, culturais, religiosas e políticas surtem nestas populações. Estes dados ressaltam a importância de colocar o “problema” num nível social, porque é a sociedade e as suas tecnologias de controlo heteronormativas que inviabilizam o amor e a capacidade de amar(-se) de gays e lésbicas (Goldman & Livoti, 2011). Para além disso, os dados permitem-nos compreender que o modelo integrativo das identidades continua bastante atual, apesar dos seus 20 anos, pois os/participantes continuam a identificar-se com as fases contempladas neste modelo, apesar de haver espaço para alguma flexibilidade na forma como gays e lésbicas selecionam e dispõem os itens de cada fase (Cf. Anexo 5). Este recurso, inovador, de utilização dos cartões revelou-se muito importante, por vários motivos:

- (i) Possibilitou compreender que, nos cartões relativos ao modelo integrativo das identidades gays e lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996), os/as participantes identificam-se, maioritariamente, com os cartões relativos à fase do *aprofundamento/compromisso* (e.g. 8 com o grupal, e 2 com o individual). Apenas um dos participantes se identifica mais com a fase da consciência grupal, curiosamente este é um dos participantes que revela maiores níveis de homofobia

internalizada. Este dado reforça a pertinência da proposta de leitura que aqui apresentamos, pois mostra as consequências negativas das atitudes que o participante desenvolveu face às pessoas gays e lésbicas numa fase em que os sentimentos se encontram confusos e que se estabelece um sentido vago de si como (sexualmente) “diferente”. Por outro lado, também com base na ordenação que este sujeito faz, ao mesmo tempo que apresenta homofobia internalizada, se percebe a continuidade da pertinência de um modelo integrativo das identidades tendo em conta que este modelo estabelece as fases e os ramos (individual e grupal) como “mutuamente catalíticos, mas não necessariamente simultâneos” (McCarn & Fassinger, 1996).

(ii) Permitiu perceber que, nos cartões relativos ao modelo do processo de mudança de Satir e colaboradores (1991, 1998) os/as participantes se identificam, maioritariamente, com os cartões relativos à fase do *novo status quo* (e.g. 8 dos/as participantes). Apenas 3 dos participantes se identificam mais com a fase da *integração*.

(iii) Relativamente à ordenação das frases/fases, os/as participantes posicionam-se, maioritariamente, segundo a lógica dos modelos originais, contudo, importa ressaltar que todos/as os/as participantes colocaram o cartão do *caos* relativo ao modelo do processo de mudança de Satir e colaboradores (1991, 1998) em primeiro lugar. Este dado reforça o impacto que a heteronormatividade teve e tem nos sujeitos, que os empurram diretamente para estados de confusão e sofrimento intenso por se sentirem (sexualmente) “diferentes”, sendo este o primeiro momento que recordam dos seus caminhos.

(iv) A ordenação dos cartões, de ambos os modelos, permitiu também consolidar e sistematizar todas as informações recolhidas no decorrer da entrevista semiestruturada, e revelou-se de uma riqueza sublime, pois permitiu à/ao entrevistadora/o um entendimento mais aprofundado das vivências de gays e lésbicas, e possibilitou aos sujeitos perceberem melhor os seus caminhos e eventualmente reformulam a visão retrospectiva, presente e futura do seu percurso.

Posto isto, entendemos que o recurso a esta metodologia, inovadora, e da sua articulação com os modelos e com a análise que integram o presente trabalho, poderá ser relevante em espaços psicoterapêuticos, pois revela-se vantajosa, tanto para quem intervém, como para os próprios sujeitos. Além disso, o conhecimento e o manuseamento destes cartões em espaços educativos/formativos pode ser um bom recurso de apoio a profissionais,

que trabalham e/ou venham a trabalhar com estas populações, na conscientização das dificuldades próprias de percursos de gays e lésbicas e das necessidades de intervenção sensíveis a estes sujeitos.

Por outro lado, se passados 20 anos, o modelo integrativo das identidades gays e lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996) continua a ser atual, é altura de repensarmos criticamente sobre este assunto e percebermos o que é necessário fazer para que as vivências de gays e lésbicas deixem de ser assombradas pelos fantasmas do passado. Os dados sugerem que a sociedade não está a acompanhar os avanços políticos que têm sido feitos e a intolerância e preconceito continuam a marcar diariamente as vidas destas pessoas.

A necessidade de uma proposta inovadora como a que aqui apresentamos surge, por um lado, como forma de dar resposta aos modelos de leitura que ainda se encontram presos ao paradigma patológico da homossexualidade e que continuam a fazer parte da prática de técnicos de saúde mental, e por outro tornar consciente os níveis de homofobia e heteronormatividade que ainda perpetuam no contexto clínico português (Moita, 2006). Apesar de a homossexualidade ter sido retirada, em 1975, pela *American Psychological Association* dos critérios que a estabeleciam como uma patologia, continua a ser necessário combater os seus fantasmas que assombram a prática clínica. Pois, segundo Moita (2001;2006) a homossexualidade continua a ser vista, pelos terapeutas, como um défice, uma falha e os preconceitos (e.g. “é uma fase”) e o heterossexismo continuam a marcar a prática clínica. Por outro lado, estas práticas demonstram a insegurança e/ou falta de conhecimento por parte destes/as psicoterapeutas relativamente à homossexualidade, acabando por comprometer a satisfação dos/as clientes, que não se sentem valorizados (Carneiro, 2006). Estas assunções colidem com aquilo que as populações homossexuais esperam dos/as psicólogos/as, pois confiam que estejam preparados/as para lidar com as especificidades das suas vivências e livres de preconceitos homofóbicos (Moleiro & Pinto, 2009). Posto isto, compreendemos que muito há ainda a ser feito e esta leitura exploratória do luto na (des)construção das identidades gays e lésbica, que é sugerida nesta dissertação, poderá contribuir para um enriquecimento do conhecimento e compreensão daquilo que às “homossexualidades” diz respeito

Contudo, quando falamos numa proposta assente nos lutos de heteronormatividade, pretendemos complementarmente produzir uma ferramenta de apoio para os/as clínicos e para os indivíduos, incutindo um novo olhar, um novo rumo que permita aumentar a sensibilidade e o grau de proximidade face a estas populações. Esta dança, como

metaforicamente apelidamos, entre o desenvolvimento e o luto abarca todo o potencial de transcendência que todo este processo pode conduzir, é uma caminhada por trilhos desconhecidos e imprevisíveis, onde os trajetos que foram fornecidos pela cultura dominante não servem, e estão marcados por territórios que não levam a lado algum (Brown, 1989). Contudo, apesar das dificuldades e do que se foi perdendo neste caminho, é possível chegar a uma identidade consolidada, mas sem esquecer que esta caminhada é única para cada pessoa, sem esquecer que a forma como cada uma abraça a sua identidade é distinta (Goldman & Livotti, 2011). Esta é uma proposta de leitura que, não só, retrata as dificuldades inerentes à aceitação da identidade, como também, pretende mostrar que é possível criar percursos alternativos nesta caminhada, é possível arriscar-se num processo criativo e singular, nos quais os indivíduos se vão tornando mais sensíveis àqueles que se arriscam a ser quem realmente são e, por isso, empurrados para territórios desconhecidos e, por vezes solitários. Assim, os *lutos de heteronormatividade* trazem as dúvidas, as incertezas, trazem um conjunto de reticências fortemente marcadas por perdas, por tons de cinza, mas acima de tudo, esta proposta exploratória pretender trazer o poder da transformação e encontra-se de mãos-dadas com a psicologia afirmativa *gay*.

Relativamente às limitações deste estudo destacamos o facto de não termos uma amostra composta por participantes lésbicas que não tenham feito a revelação da sua orientação sexual aos pais, isto porque sentimos alguma resistência por parte daqueles que permanecem no “armário”, possivelmente devido à temática da dissertação implicar uma partilha profunda e íntima de experiências e vivências muito pessoais, por um lado, e por outro devido a uma menor exposição destas pessoas no domínio do público o que dificulta o recrutamento. No entanto, os/as participantes que revelaram a sua orientação sexual aos pais acabaram por narrar os significados atribuídos aos momentos que precederam a revelação que vão ao encontro dos medos que sustentam a não revelação. Outra limitação que apontamos deve-se à impossibilidade de generalização dos dados como representativos da realidade, ainda que, tendo em conta a diversidade de características dos/as participantes, evidenciem aspetos relevantes com implicações importantes para a prática clínica e para investigações futuras. Nesse sentido, entendemos que esta nova forma de olhar para o desenvolvimento das identidades *gays* e lésbicas, baseada nos lutos de heteronormatividade, poderá ser estendida a outras “minorias” sexuais, tais como bissexuais e pessoas *trans*, por pertencerem, também elas, a um grupo que é profundamente marginalizado e estigmatizado na nossa sociedade devido às hegemonias heterossexual e binária de género. Este novo olhar também poderá estender-se a outras fases da vida que não foram contempladas neste

trabalho. Para além disso e tendo em conta as potencialidades que os lutos de heteronormatividade transportam em termos clínicos, entendemos que seria necessário, futuramente, adaptar e validar um modelo, assente nesta perspetiva, que reescreva e atualize os modelos de (des)construção das identidades gays e lésbicas já existentes.

Para finalizar, entendemos que os lutos de heteronormatividade são uma proposta válida e necessária para dar voz e sentido àqueles que muitas das vezes são silenciados/as por formas de opressão que não aprovam as suas formas de amar(-se), nem validam o sofrimento que gays e lésbicas sentem por verem os seus caminhos marcados por perdas profundas em várias áreas das suas vidas, e muito menos são capazes de entender o orgulho que estas pessoas sentem por conseguirem superar todos estes entraves, impostos pela heteronormatividade, e abraçarem uma identidade não heterossexual que exige uma luta diária para se (r)estabelecer. Enquanto as hegemonias heterossexuais e binárias de género tiverem o poder de estigmatizar gays e lésbicas, estes modelos continuarão a ser necessários para mostrar a estas populações que não estão sozinhos nos seus caminhos. Contudo, esperamos que um dia se deixem de fazer lutos de heteronormatividade e que ser gay ou ser lésbica seja encarado como uma forma incontestável de amar e ser amado.

5. Referências

- American Psychological Association* (2000). Guidelines for psychotherapy with lesbian, gay, and bisexual clients. *American Psychologist*, 55(12), 1440-1451.
- Atkinson, R. & Flint, J. (2001) Accessing hidden and hard-to-reach populations: Snowball research strategies. *Social Research Update* No. 33. Guildford: University of Surrey, Department of Sociology.
- Attrell, R. L. (2013). Death and intimacy issues in the LGBT community: A gay perspective. In B. DeFord, R. B. Gilbert (Eds.), *Living, loving and loss: The interplay of intimacy, sexuality and grief* (pp. 21-42). Amityville, NY, US: Baywood Publishing Co.
- Baiocco, R., Laghi, F., Di Pomponio, I., & Nigito, C. S. (2012). Self-disclosure to the best friend: Friendship quality and internalized sexual stigma in Italian lesbian and gay adolescents. *Journal of adolescence*, 35(2), 381-387.
- Baiocco, R., Fontanesi, L., Santamaria, F., Ioverno, S., Marasco, B., Baumgartner, E., & Laghi, F. (2015). Negative parental responses to coming out and family functioning in a sample of lesbian and gay young adults. *Journal of Child & Family Studies*, 24(5), 1490-1500. doi:10.1007/s10826-014-9954-z
- Banmen, J. (1998). *Stages of change*. Comunicação apresentada em Advanced Intensive Residential Training Program. Federal Way, WA.
- Beckstead, L., & Israel, T. (2007). Affirmative Counseling and Psychotherapy Focused on Issues Related to Sexual Orientation Conflicts. In K. J. Bieschke, R. M. Perez, K. A. DeBord, K. J. Bieschke, R. M. Perez, K. A. DeBord (Eds.), *Handbook of counseling and psychotherapy with lesbian, gay, bisexual, and transgender clients* (2nd ed., pp. 221-244). Washington, DC: American Psychological Association. doi:10.1037/11482-009
- Bennett, J. L., & Douglass, K. E. (2013). Growing pains: An Eriksonian view of the arc of presenting concerns in an LGBT community mental health center. *Clinical Social Work Journal*, 41(3), 277-287. doi:10.1007/s10615-013-0442-5.
- Blevins, S. (2008). A personal journey through the grief and healing process with Virginia Satir, Dr. E. Kubler-Ross, and J. William Worden. *The Satir Journal*, 2 (2), 89-105.
- Bobbe, J. (2002). Treatment with lesbian alcoholics: Healing shame and internalized homophobia for ongoing sobriety. *Health and Social Work*, 27 (3), 218-222.

- Bonet, L. B., Wells, E., & Parsons, J. T. (2007). A positive look at a difficult time: A strength based examination of coming out for lesbian and bisexual women. *Journal of LGBT Health Research*, 3, 7–15.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77-101. doi: 10.1191/1478088706qp063oa
- Braun, V., & Clarke, V. (2013). *Successful qualitative research: A practical guide for beginners*. Los Angeles: Sage Publications.
- Brown, L.S. (1989). New voices, new visions: Toward a lesbian/gay paradigm for psychology. *Psychology of Women Quarterly*, 13, 445-458.
- Burn, S. M., Kadlec, K., & Rexer, R. (2005). Effects of subtle heterosexism on gays, lesbians, and bisexuals. *Journal of Homosexuality*, 49(2), 23-38. doi:10.1300/J082v49n02_02
- Burr, V. (1995). *An introduction to social constructionism*. London: Routledge.
- Cain, R. (1991). Stigma management and gay identity development. *Social Work*, 36(1), 67-73.
- Carneiro, N.S. (2006). *Ser, pertencer e participar: Construção da identidade homossexual, redes de apoio e participação comunitária*. (Tese de Doutorado não publicada). Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, Porto.
- Carneiro, N. S. (2009). *“Homossexualidades” uma psicologia entre ser pertencer e participar*. Porto: Livpsic
- Carneiro, N., & Menezes, I. (2004). Paisagens, caminhos e pedras: Identidade homossexual e participação política. In Cascais, A.F. (Ed.). *Indisciplinar a teoria: estudos gays, lésbicos e queer* (pp. 117-141). Lisboa: Fenda.
- Cass, V. (1984). Homosexual identity formation: Testing a theoretical model. *Journal of Sex Research*, 20(2), 143-167.
- Clarke, V., Ellis, S.J., Peel, E., & Riggs, D.W. (2010). *Lesbian, gay, bisexual, trans and queer psychology: An introduction*. New York, NY, US: Cambridge University Press
- Coleman, E. (1982). Developmental stages of the coming out process. *Homosexuality and Psychotherapy*, 31-43.
- Costa, A., & Nardi, H. (2015). Homofobia e preconceito contra diversidade sexual: debate conceitual. *Temas em Psicologia*, 23(3), 715-726. doi: 10.9788/TP2015.3-15
- Cox, N., Dewaele, A., van Houtte, M., & Vincke, J. (2011). Stress-related growth, coming out, and internalized homonegativity in lesbian, gay, and bisexual youth: An

- examination of stress-related growth within the minority stress model. *Journal of Homosexuality*, 58(1), 117-137. doi:10.1080/00918369.2011.533631
- D'Augelli, A. R., Grossman, A. H. (2001). Disclosure of sexual orientation, victimization and mental health among lesbian, gay and bisexual older adults. *Journal of Interpersonal Violence*, 16, 1008-1027
- D'Augelli, A. R., Grossman, A. H., & Starks, M. T. (2005). Parents' awareness of lesbian, gay and bisexual youths' sexual orientation. *Journal of Marriage and Family*, 67, 474-482. doi: 10.1111/j.0022-2445.2005.00129.x
- DiPlacido, J. (1998). Minority stress among lesbian women, gay men, and bisexuals: A consequence of heterosexism, homophobia, and stigmatization. In G. Herek (Ed.), *Stigma and sexual orientation: Understanding prejudice against lesbians, gay men, and bisexuals* (pp. 138-159). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*. New York: Norton.
- Erikson, E.H. (1987). *Identidade, juventude e crise*. (Trad. Álvaro Cabral). Rio de Janeiro: Guanabara. (Obra original publicada em 1968)
- Fassinger, R. E. (1991). The hidden minority: Issues and challenges in working with lesbian women and gay men. *The Counseling Psychologist*, 19(2), 151-176. doi:10.1177/0011000091192003
- Fassinger, R. E., & Miller, B. A. (1996). Validation of an inclusive model of sexual minority identity formation on a sample of gay men. *Journal of Homosexuality*, 32(2), 53-78. doi:10.1300/J082v32n02_04
- Feldman, M.J. (2001). *Fact sheet on suicidal behavior in GLB youth*. San Francisco: AGLP.
- Feldman, S. E., & Wright, A. J. (2013). Dual impact: Outness and LGB identity formation on mental health. *Journal Of Gay & Lesbian Social Services*, 25(4), 443-464. doi:10.1080/10538720.2013.833066
- Fontanella, B. J., Ricas, J., & Turato, E. R. (2008). Amostragem por saturação em pesquisas qualitativas em saúde : Contribuições teóricas. *Cadernos de Saúde Pública*, 24(1), 17-27.
- Foucault, M. (1987). *Vigiar e punir: nascimento da prisão* (Trad. Inês Ramallete). Petrópolis: Vozes. (Obra original publicada em 1975)
- Gato, J., Fontaine, A. M., & Carneiro, N. S. (2012). Multidimensional Scale of Attitudes Toward Lesbians and Gay Men: Construction and Preliminary Validation. *Paidéia* (USP Ribeirão Preto), 22(51), 11-20. doi: 10.1590/S0103-863X2012000100003

- Gergen, K. J. (1994). Exploring the postmodern. Perils or potentials? *American Psychologist*, 49(5), 412-416.
- Goldman, L. (2013). Young people and gender issues: Living with loss. In B. De Ford, R. B. Gilbert (Eds.), *Living, loving and loss: The interplay of intimacy, sexuality and grief* (pp. 43-63). Amityville, NY, US: Baywood Publishing Co.
- Goldman, L., & Livoti, V. M. (2011). Grief in GLBT populations: Focus on gay and lesbian youth. In R. A. Neimeyer, D. L. Harris, H. R. Winokuer, G. F. Thornton, R. A. Neimeyer, D. L. Harris, ... G. F. Thornton (Eds.) , *Grief and bereavement in contemporary society: Bridging research and practice* (pp. 249-259). New York: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Green, R.J. (2000). Lesbians, gay men, and their parents: A critique of Lasala and the prevailing clinical "wisdom." *Family Process*, 39, 257-266.
- Greene, B. (1997). *Ethnic and cultural diversity among lesbians and gay men*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Halberstam, J. (1998). *Female masculinity*. Durham: Duke University Press
- Herek, G. M., Cogan, J. C., Gillis, J. R., & Glunt, E. K. (1998). Correlates of internalized homophobia in a community sample of lesbians and gay men. *Journal of the Gay and Lesbian Medical Association*, 2, 17-25.
- Horta, B. (2016, Setembro 19). DGS autoriza dádiva de sangue por gays, mas com restrições. *Público*. Retirado de <http://www.publico.pt>
- Hunter, S. (2007). *Coming out and disclosures: LGBT persons across life span*. New York, NY, US: Haworth Press.
- Iwasaki, Y., & Ristock, J. (2007). The nature of stress experienced by lesbians and gay men. *Anxiety, Stress and Coping: An International Journal*, 20(20), 299-319.
- Klein, K., Holtby, A., Cook, K., & Travers, R. (2015). Complicating the coming out narrative: Becoming oneself in a heterosexist and cissexist world. *Journal of Homosexuality*, 62(3), 297-326. doi:10.1080/00918369.2014.970829
- Kubler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. New York: Mcmillan.
- Manning, J. (2015). Communicating sexual identities: A typology of coming out. *Sexuality & Culture: An Interdisciplinary Quarterly*, 19(1), 122-138. doi:10.1007/s12119-014-9251-4
- McCarn, S. R., & Fassinger, R. E. (1996). Revisioning sexual minority identity formation: a new model of lesbian identity and its implications for counseling and research. *The Counseling Psychologist*, 24 (3) 508-534. doi:10.1177/0011000096243011

- Menezes, I., & Costa, M. E. (1992). Amor entre iguais: A psicoterapia da diferença. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 8, 79-84.
- Meyer, I. H. (1995). Minority stress and mental health in gay men. *Journal of health and social behavior*, 36, 38-56.
- Meyer, I. H. (2001). Why lesbian, gay, bisexual and transgender public health? *American Journal of Public Health*, 91, 856–859.
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129, 674–697.
- Miller, C. T., & Major, B. (2000). Coping with stigma and prejudice. In T. F. Heatherton, R. E. Kleck, M. R. Hebl, & J. G. Hull (Eds.), *The social psychology of stigma* (pp. 243–272). New York: Guilford Press.
- Mohr, J. J., & Fassinger, R. E. (2003). Self-acceptance and self-disclosure of sexual orientation in lesbian, gay, and bisexual adults: An attachment perspective. *Journal Of Counseling Psychology*, 50(4), 482-495. doi:10.1037/0022-0167.50.4.482.
- Moita, G. (2001). *Discursos sobre a homossexualidade no contexto clínico: a homossexualidade dos dois lados do espelho*. Tese de Doutorado não publicada. Instituto de Ciências Biomédicas de Abel Salazar. Universidade do Porto.
- Moita, G. (2006). A patologização da diversidade sexual: Homofobia no discurso dos clínicos. *Revista Crítica de Ciências Sociais*, 76, 53-72.
- Moleiro, C. & Pinto, N. (2009). Diversidade e psicoterapia: expectativas e experiências de pessoas LGBT acerca das competências multiculturais de psicoterapeutas. *Revista Ex-Aequo*, 20, 159-172.
- Moradi, B., Mohr, J. J., Worthington, R. L., & Fassinger, R. E. (2009). Counseling psychology research on sexual (orientation) minority issues: Conceptual and methodological challenges and opportunities. *Journal Of Counseling Psychology*, 56(1), 5-22. doi:10.1037/a0014572
- Morin, S. (1977). Heterosexual bias in psychological research on lesbianism and male homosexuality. *American Psychologist*, 629-637.
- Morrow, D. (2000). Coming out to families: guidelines for intervention with gay and lesbian clients. *Journal Of Family Social Work*, 5(2), 53-66.
- Neimeyer, R. A. (2002). *Lessons of loss*. Memphis, TN: Mercury.

- Nicholson, W. D., & Long, B. C. (1990). Self-esteem, social support, internalized homophobia, and coping strategies of HIV-gay men. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 58, 873–876.
- Nogueira, C. (2003, Outubro). “Ter” ou “fazer” o gênero: O dilema das opções epistemológicas em psicologia social. Comunicação apresentada no *XII Encontro Nacional da ABRAPSO. Estratégias de intervenção – a Psicologia Social no contemporâneo*. Porto Alegre, Brasil.
- Nogueira, C. (2013). A teoria da interseccionalidade nos estudos de gênero e sexualidades: condições de produção de “novas responsabilidades” no projeto de uma psicologia feminista crítica. In A. V. Zanella, A. L. Brizola, & M. Gesser (Eds.), *Práticas sociais, políticas e direitos humanos* (pp. 227-248). Abrapso.
- Nogueira, C., & Saavedra, L. (2007). Estereótipos de gênero. Conhecer para os transformar. *Cadernos Sacausef*, 3, 10-30.
- Oliveira, J. M., Costa, C. G., & Nogueira, C. (2013). The workings of homonormativity: lesbian, gay, bisexual, and queer discourses on discrimination and public displays of affections in Portugal. *Journal of homosexuality*, 60(10), 1475-1493. doi: 10.1080/00918369.2013.819221
- Parkes, C. M., Relf, M., & Couldrick, A. (1996). *Counselling in terminal care and bereavement*. Leicester: British Psychology Society.
- Poeschl, G., Venâncio, J., & Costa, D. (2012). Consequências da (não) revelação da homossexualidade e preconceito sexual: o ponto de vista das pessoas homossexuais. *Psicologia: Revista Da Associacao Portuguesa Psicologia*, 26 (1), 33-53
- Riggle, E. D. B., Whitman, J. S., Olson, A., Rostosky, S. S., & Strong, S. (2008). The positive aspects of being a lesbian or gay man. *Professional Psychology: Research and Practice*, 39, 210–217.
- Rossi, N. E. (2010). “Coming out” stories of gay and lesbian young adults. *Journal of Homosexuality*, 57(9), 1174–91. doi:10.1080/00918369.2010.508330
- Ryan, C., Russell, S. T., Huebner, D., Diaz, R., & Sanchez, J. (2010). Family acceptance in adolescence and the health of LGBT young adults. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 23, 205–213.
- Saltzburg, S. (2005). Child and Adolescent Well-Being: Co-Constructing Adolescence for Gay and Lesbian Youth and Their Families. In *Child Welfare for the Twenty-First Century* (pp. 212-227). Columbia University Press

- Savin-Williams, R. C. (2008). Then and now: Recruitment, definition, diversity, and positive attributes of same-sex populations. *Developmental Psychology*, 44(1), 135–138.
- Sayles, C. (2002). Transformational change-based on the model of Virginia Satir. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 24(1), 93-109. doi:10.1023/A:1014325722738
- Satir, V., Banmen, J. Gerber, J., & Gamori, M (1991). *The Satir model: Family therapy and beyond*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Scott, D. (2011). Coming out: Intrapersonal loss in the acquisition of a stigmatized identity. In D. L. Harris, D. L. Harris (Eds.). *Counting our losses: Reflecting on change, loss, and transition in everyday life* (pp. 183-192). New York, NY, US: Routledge/Taylor & Francis Group
- Sedgwick, E. K. (2007). A epistemologia do armário. *Cadernos Pagu*, (28), 19-54. doi:10.1590/S0104-83332007000100003
- Stolberg, S.G. (2010, Dezembro 22). Obama signs away ‘don’t ask, don’t tell’. *The New York Times*. Retirado de <http://www.nytimes.com>
- Stroebe, M., & Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: Rationale and description. *Death Studies*, 23, 197-224.
- Švab, A., & Kuhar, R. (2014). The transparent and family closets: Gay men and lesbians and their families of origin. *Journal Of GLBT Family Studies*, 10(1-2), 15-35. doi:10.1080/1550428X.2014.857553
- Troiden, R. (1989). The formation of homosexual identities. *Journal of Homosexuality*, 17, 43-73.
- Vanden Berghe, W., Dewaele, A., Cox, N., & Vincke, J. (2010). Minority-specific determinants of mental well-being among lesbian, gay, and bisexual youth. *Journal of Applied Social Psychology*, 40, 153–166.
- Waldo, C. R. (1999). Working in a majority context: A structural model of heterosexism as minority stress in the workplace. *Journal of Counseling Psychology*, 46, 218–232
- Warner, M. (1993). *Fear of a queer Planet: Queer politics and social theory*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Weber-Gilmore, G., Rose, S., & Rubinstein, R. (2011). The impact of internalized homophobia on outness for lesbian, gay, and bisexual individuals. *The Professional Counselor: Research and Practice*, 1(3), 163-175.
- Weinberg, G. (1972). *Society and the healthy homosexual*. New York: Anchor Books.
- Worden, J. W. (2002). *Grief Counselling and Grief Therapy*. New York: Springer Publishing

Anexos

Anexo 1. Modelo Integrativo das Identidades Gays e Lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996)

<i>Identidade Sexual Individual</i> (Não-Consciência)	<i>Identidade Sexual Grupal</i>
1. Consciência	
Consciência emergente de sentimentos/ desejo pelo mesmo sexo; Sentimento de <i>ser</i> sexualmente “diferente” e questionamento da “norma heterossexual”	Consciência emergente da existência de “iguais”; Reconhecimento do questionamento que, enquanto grupo, os “iguais” fazem da “norma heterossexual”, compreendendo que se esteve/está sujeito ao heterossexismo e à homofobia
2. Exploração	
Exploração ativa dos sentimentos/ do desejo homossexual e/ ou de possibilidades de proximidade em relação a alguém que particularmente gera sentimentos e/ ou atração homossexual	Tentativa de clarificação de sentimentos de pertença a um grupo de “iguais”; Possibilidade de experienciar culpa/fúria por ter contribuído para o heterossexismo, ao mesmo tempo que intensificando a curiosidade e a vontade de conhecer/ participar no grupo de “iguais”
3. Aprofundamento/Compromisso	
Aprofundar o conhecimento de si como homossexual e consolidar escolhas no domínio da sexualidade; Conciliação consistente entre intimidade e identidade	Aprofundamento das referências em relação aos “iguais”; Consciência acrescida das implicações da estigmatização e da opressão sobre si e sobre os “iguais”
4. Internalização/Síntese	
Integração dos significados da (homo)sexualidade nas características que globalmente definem a pessoa; Satisfação plena com a própria orientação e realização nas trocas emocionais, íntimas e/ ou amorosas	Equilíbrio entre o sentido de se continuar a pertencer a um grupo de “iguais” e o desenvolvimento de visões não-estereotipadas sobre os outros

Nota. Adaptado de “Carneiro, N.S. (2006). *Ser, pertencer e participar: Construção da identidade homossexual, redes de apoio e participação comunitária*. Tese de Doutoramento, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto”

Anexo 2. Guião de entrevista

Antes de passarmos às perguntas gostaria de te dizer que esta entrevista terá como principal foco a tua história de vida, é sobre ela que nos vamos debruçar e é sobre ela que gostaria que te centrasses. Será, portanto uma entrevista que pretende dar voz à tua história.

I – Gostaria que, então, e centrando como disse na tua história de vida, que me disseses se concordas com o termo “orientação sexual” para definir o que foste sentindo e percebendo nesta mesma história de vida.

(Se sim) porque é que esta expressão faz sentido para ti e para essa descrição da tua história de vida? E sentes/ pensas que faz geralmente sentido para outras pessoas?

(Também se sim) qual a orientação sexual pela qual preferes ser tratado/a, ou seja, como te defines em termos dessa orientação sexual?

(Também se sim) e por palavras tuas, o que queres dizer quando falas da orientação sexual ____ (a que escolher), ou seja definir como ____ (o que escolher) significa o quê para ti? E sentes que significa o mesmo para todas as pessoas que se definam como tu?

(Se não) porque é que esta expressão não faz sentido.....? E sentes ... que não faz geralmente sentido para as outras pessoas?

(Também se não) há uma outra expressão com que te identifies para designar algo que seja similar, na tua opinião, à orientação sexual? E se há, qual é? e poderei então usar essa expressão quando me refiro a ti e à tua história de vida?

(Também se não) e por palavras tuas, o que queres dizer quando falas da expressão ____ (a que escolher em alternativa), ou seja definir como ____ (o que escolher em alternativa) significa o quê para ti? E sentes que significa o mesmo para todas as pessoas que se definam como tu?

II. Continuando a pensar na tua história de vida, gostava que falássemos sobre o que foi acontecendo que tu relaciones com a ____ (o que definir – orientação sexual tal ou a alternativa), ou seja:

a) Relacionado com o facto de seres _____ (usar termo com o qual a pessoa se identifica) há um caminho que sentes que fizeste, algo mais gradual, ou por outro lado sentes que foi algo mais por momentos? Ou sentes que as duas coisas fazem sentido, algo mais gradual e acontecimentos?

b) Se sentes que foi algo mais gradual, como é que essa evolução foi acontecendo, porque sentimentos, comportamentos ou ideias diferentes é que se foi construindo essa evolução?

c) Se sentes que foi por momentos, quais foram os principais?

d) (no caso de terem dito que foi evolução e momentos) como se relacionaram estas fases com estes momentos – ou seja que fases foram sendo marcadas pelos momentos e qual a importância destes momentos para as fases?

e) Ao longo desse percurso, como te sentiste enquanto pessoa (individual)? E como foi para os outros (tudo que a pessoa considere grupo)? O que houve de positivo e de negativo?

III. Continuando a pensar no teu percurso / história de vida, sentes que houve uma “consciência” ou um despertar para a tua orientação sexual? Se sim, gostaria que me falasses sobre esse despertar ou essa consciência com o máximo de ideias que me possas transmitir.

IV. Não esquecendo que estamos sempre em torno da tua história de vida, o que me dirias genericamente/ por grandes ideias sobre a relação entre a tua (orientação sexual / a expressão alternativa que prefere) e o conhecimento de outras pessoas (quando falo de outras pessoas podem ser outras pessoas com a mesma orientação sexual que a que tu defines para ti ou não)? Ou seja, a relação com as outras pessoas foi sendo marcada por uma importância da orientação sexual/ o que definir?

a) Se sim (não), em que sentido? E em que sentido foi importante ____ (o que definir) na relação com outras pessoas quando estamos a falar de pessoas com a mesma orientação sexual que a que definiste para ti?

E em que sentido (não) foi importante ____ (o que definir) na relação com outras pessoas quando estamos a falar de pessoas com orientação sexual a que as pessoas dão o nome de “minoritária” – gay, lésbica, bissexual, assexual - ?

E em que sentido (não) foi importante ____ (o que definir) na relação com outras pessoas quando estamos a falar de pessoas com orientação sexual a que as pessoas dão o nome de “normativa” ou “maioritária” ou seja a heterossexual?

b) O que me disseste anteriormente, sobre essa (não) importância da orientação sexual/ o que definir, continua a ser assim no presente (apenas se a pessoa falou apenas ou sobretudo no passado).

c) Sentes que no teu futuro essa (não) importância da orientação sexual/ o que definir continuará a marcar as tuas relações com as outras pessoas?

d) (apenas se isto não ficou claro com o que foi respondido/ dito anteriormente) sumariamente ou em termos gerais, como foi conhecer outras pessoas ____?

V. Nesta mesma história de vida, quer em relação ao passado, quer em relação ao presente e ao futuro, sentes que há para ti uma necessidade de afirmar ou de lutar socialmente / politicamente pela tua ____ (o que definir)?

a) Se não, porquê? E não para ti? Para as pessoas de outras orientações sexuais a que dão o nome de “minoritárias”?

b) Se sim, quais as principais coisas pelas quais foi, é, será preciso lutar nessa afirmação? E isso para a tua orientação sexual / o que definir e também para as outras orientações sexuais ditas “minoritárias”?

c) Faz sentido para ti distinguir, em termos de vivências e de lutas sociais, de procura da igualdade e da justiça social as ditas minorias sexuais de outras ditas minorias?

d) Sentes que a luta pela afirmação ou pelos direitos destas pessoas [LGBT] está ou deveria estar relacionada com outras lutas por outras causas ou por outros direitos? Se sim, porquê? Quais são essas lutas? Porque é que essa relação entre as diferentes lutas te faz sentido? O que é que umas lutas podem ganhar com as outras? Se não, porquê? Porque é que essa relação entre as diferentes lutas não te faz sentido? As lutas não podem ganhar algo de importante umas com as outras)

e) O que é importante para ti como ____?

VI. Agora, gostaria que aprofundássemos um pouco a questão das normas e da forma como se relacionam com a orientação sexual. Sendo que por norma refiro-me a uma imposição de uma maneira de ser... Achas que houve mudanças na tua maneira de ver as normas ao longo da tua história de vida? Porquê?

a) Foi confuso para ti lidar com essas normas? Se não porquê? Se sim em que sentido?

b) Há diferenças nesse lidar quando falamos do passado, do presente e do que vês como o futuro? Se não, porque sentes que não houve? Se sim, quais?

c) Houve tentativas para ir tentando quebrar essas normas? Se não porquê? Se sim que tentativas foram essas? E se sim, o que sentes que ainda continua e continuará a ser essa tentativa ou esse conjunto de tentativas?

d) O que sentes que foste rejeitando ou pondo de lado dessas normas?

e) Sentes que houve uma transformação dessas normas? O que é que essa transformação implicou?

f) O que é que essas normas implicam para ti e para os outros?

g) De que forma é que sentes que este quebrar de normas abriu, ou não, espaço para o nascimento de novas relações?

VII. Apresentação dos cartões relativos ao modelo integrativo das identidades gays e lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996) e ao modelo do processo de mudança de Satir e colaboradores (1991;1998) – consultar Anexo 3 e Anexo 4

VIII. Para finalizar... Como te sentiste ao longo da entrevista? Há algo que queiras acrescentar/retirar ao que partilhaste comigo?

Anexo 3. Cartões representativos das fases do modelo integrativo das identidades gays e lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996) e do modelo do processo de mudança de Satir e colaboradores (1991;1998) – Versão para gays

A) MODELO INTEGRATIVO DAS IDENTIDADES GAYS E LÉSBICAS DE MCCARN E FASSINGER (1996) E FASSINGER E MILLER (1996)

i. Agora, gostaria que escolheesses com qual destas frases te identificas¹¹.

Só agora começo a tomar consciência de que a heterossexualidade não é tudo o que existe.

1. Fase - Consciência (identidade grupal)

Só agora começo a tomar consciência de que o que sinto pelos homens pode querer dizer alguma coisa.

1. Fase - Consciência (identidade individual)

Estou a começar a conhecer lésbicas e gays, e isso assustame, mas ao mesmo tempo entusiasma-me.

2. Fase - Exploração (identidade grupal)

¹¹ Não estão contemplados nos cartões as frases representativas da fase da *internalização/síntese* nos ramos individual e grupal, pois por um lado, e tendo em conta a faixa etária dos/as participantes deste estudo, para atingir esta fase é necessário um longo período de exploração, por outro, atendendo às ideologias dominantes carregadas por formas de opressão e estigmatização, torna a possibilidade de alcançar esta fase dificultada, senão mesmo impossível. Repare-se que é a própria Fassinger quem, por várias vezes nos seus trabalhos e nas suas propostas teóricas, faz reportar a fase de síntese/ integração como mais utópica do que real, no sentido em que um mundo que continua a oprimir conduz, necessariamente, a um compromisso continuado com dimensões de compromisso/orgulho. Mais ainda, há que lembrar que, como é sabido, os modelos desenvolvimentais no domínio da psicologia estabelecem sempre uma fase desenvolvimental “última” ou de “maior complexidade” que pretende justificar as limitações das fases que precedem esta fase “final”, mais do que estabelecerem que o desenvolvimento termina e/ ou que é alcançado maximamente.

Recentemente, tenho tomado consciência de que há em mim um forte desejo de beijar outro homem.

2. Fase - Exploração (identidade individual)

Só agora começo a tomar consciência, tendo em conta as minhas experiências pessoais, de que prefiro os homens às mulheres como parceiros íntimas.

3. Fase - Aprofundamento/compromisso (identidade individual)

Ultimamente, zango-me imenso com a forma como os heterossexuais falam sobre os homossexuais e os tratam.

3. Fase - Aprofundamento/compromisso (identidade grupal)

ii. Porque escolheste o cartão x? Porque rejeitaste os outros cartões?

iii. Agora gostaria de te pedir que tentasses organizar esses cartões por fases ou etapas, de maneira ao que ao ordenar te faça sentido temporal (ou seja o que achas que acontece primeiro, depois e depois...), em que ordem os colocarias?

B) MODELO DO PROCESSO DE MUDANÇA DE SATIR E COLABORADORES (1991;1998)

i. Agora, gostaria que escolheesses com qual destas frases te identificas¹².

Atualmente, estou a por em causa normas e valores que antigamente tinha como certos por estar cada vez mais consciente de ser sexualmente “diferente”.

2. Fase – Introdução de um elemento “estranho”

¹² A inclusão da fase do *status quo* não faz sentido por se tratar de um estado anterior de não- consciência de si como (sexualmente) “diferente” e tendo em conta que todos/as participantes teriam que se autoidentificar como gays, lésbicas ou homossexuais, as frases representativas dessa fase não foram contempladas nos cartões.

Estou a experienciar um estado de confusão, onde os sentimentos se encontram emaranhados e confusos, produzindo uma sensação de desorientação.

3. Fase – Caos

Estou a começar a tentar mudar as crenças, os valores que tinha sobre mim mesmo em relação à minha orientação sexual

4. Fase - Transformação

Neste momento, já consigo perceber o que mudou na minha vida e começo a tomar decisões sobre a forma como vou viver a minha vida, começo a ponderar as minhas opções e a dar prioridade a certas coisas em vez de outras.

5. Fase – Integração

Estou a começar a colocar em prática as minhas novas crenças e a experimentar novas formas de viver a minha vida de acordo com as mudanças que tive que fazer.

6. Fase - Prática

Sinto que aceitei as mudanças que ocorreram na minha vida e que as integrei totalmente na minha identidade

7. Fase – Novo status quo

ii. Porque escolheste o cartão x? Porque rejeitaste os outros cartões?

iii. Agora gostaria de te pedir que tentasses organizar esses cartões por fases ou etapas, de maneira ao que ao ordenar te faça sentido temporal (ou seja o que achas que acontece primeiro, depois e depois, e depois com as pessoas), em que ordem os colocarias?

Anexo 4. Cartões representativos das fases do modelo integrativo das identidades gays e lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996) e do modelo do processo de mudança de Satir e colaboradores (1991;1998) – Versão para lésbicas

A) MODELO INTEGRATIVO DAS IDENTIDADES GAYS E LÉSBICAS DE MCCARN E FASSINGER (1996) E FASSINGER E MILLER (1996)

i. Agora, gostaria que escolheesses com qual destas frases te identificas.

Só agora começo a tomar consciência de que a heterossexualidade não é tudo o que existe.

1. Fase - Consciência (identidade grupal)

Só agora começo a tomar consciência de que o que sinto pelas mulheres pode querer dizer alguma coisa.

1. Fase - Consciência (identidade individual)

Estou a começar a conhecer lésbicas e gays, e isso assusta-me, mas ao mesmo tempo entusiasma-me.

2. Fase - Exploração (identidade grupal)

Recentemente, tenho tomado consciência de que há em mim um forte desejo de beijar outra mulher.

2. Fase - Exploração (identidade individual)

Só agora começo a tomar consciência, tendo em conta as minhas experiências pessoais, de que prefiro as mulheres aos homens como parceiras íntimas.

3. Fase - Aprofundamento/compromisso (identidade individual)

Ultimamente, zango-me imenso com a forma como os heterossexuais falam sobre os homossexuais e os tratam.

3. Fase - Aprofundamento/compromisso (identidade grupal)

ii. Porque escolheste o cartão x? Porque rejeitaste os outros cartões?

iii. Agora gostaria de te pedir que tentasses organizar esses cartões por fases ou etapas, de maneira ao que ao ordenar te faça sentido temporal (ou seja o que achas que acontece primeiro, depois e depois...), em que ordem os colocarias?

B) MODELO DO PROCESSO DE MUDANÇA DE SATIR E COLABORADORES (1991;1998)

i. Agora, gostaria que escolheesses com qual destas frases te identificas.

Atualmente, estou a por em causa normas e valores que antigamente tinha como certos por estar cada vez mais consciente de ser sexualmente “diferente”.

2. Fase – Introdução de um elemento “estranho”

Estou a experienciar um estado de confusão, onde os sentimentos se encontram emaranhados e confusos, produzindo uma sensação de desorientação.

3. Fase – Caos

Estou a começar a tentar mudar as crenças, os valores que tinha sobre mim mesmo em relação à minha orientação sexual

4. Fase - Transformação

Neste momento, já consigo perceber o que mudou na minha vida e começo a tomar decisões sobre a forma como vou viver a minha vida, começo a ponderar as minhas opções e a dar prioridade a certas coisas em vez de outras.

5. Fase – Integração

Estou a começar a colocar em prática as minhas novas crenças e a experimentar novas formas de viver a minha vida de acordo com as mudanças que tive que fazer.

6. Fase - Prática

Sinto que aceitei as mudanças que ocorreram na minha vida e que as integrei totalmente na minha identidade

7. Fase – Novo status quo

ii. Porque escolheste o cartão x? Porque rejeitaste os outros cartões?

iii. Agora gostaria de te pedir que tentasses organizar esses cartões por fases ou etapas, de maneira ao que ao ordenar te faça sentido temporal (ou seja o que achas que acontece primeiro, depois e depois, e depois com as pessoas), em que ordem os colocarias?

Anexo 5. Ordenação e seleção das fases do modelo integrativo das identidades gays e lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996) e do modelo do processo de mudança de Satir e colaboradores (1991;1998)

Modelo integrativo das identidades gays e lésbicas de McCarn e Fassinger (1996) e Fassinger e Miller (1996)											
Itens	PG1	PG2	PG3	PG4	PG5	PG6	PL7	PL8	PL9	PL10	PL11
1. Consciência individual	2	2	5	1	1	1	1	3	2	1	2
1. Consciência grupal	1	6+	1	2	2	4	2	2	1	5	1
2. Exploração individual	3	4	4	3	4	2	6	1	3	2	5
2. Exploração grupal	4	3	3	5	3	3	4	4	4	4	3
3. Aprofundamento/ Compromisso individual	6	1	2	4	5+	5+	5	5	5	3	4
3. Aprofundamento/ Compromisso grupal	5+	5	6+	6+	6	6	3+	6+	6+	6+	6+

Modelo do processo de mudança de Satir e colaboradores (1991;1998)

Itens	PG1	PG2	PG3	PG4	PG5	PG6	PL7	PL8	PL9	PL10	PL11
2. Introdução de elemento “estranho”	2	2	4	2	2	2	2	2	3	3	3
3. Caos	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
4. Transformação	3	3	2	3	3	3	4	3	2	2	2
5. Integração	6+	6	5	5+	4+	6	3	5	5	5	4
6. Prática	4	4	3	4	5	4	5	4	4	4	5
7. Novo status quo	5	5+	6+	6	6	5+	6+	6+	6+	6+	6+

Nota: fase/frase com que se identifica mais.

Anexo 6. Declaração de consentimento informado

O presente trabalho de investigação insere-se no âmbito do Mestrado Integrado em Psicologia, sob a orientação do Prof. Doutor Nuno Santos Carneiro, tendo como principal objetivo **aprofundar diferentes dimensões dos trajetos de vida gays e lésbicas**. A sua participação é voluntária, estando garantido em absoluto a confidencialidade e anonimato das pessoas participantes.

Eu, _____, concordo e aceito com a gravação áudio da(s) entrevista(s) sendo a utilização da sua informação estrita para fins da investigação supra mencionada.

Confirmo ainda que:

Obtive explicação acerca dos objetivos do presente estudo

SIM__ NÃO__

Tive a possibilidade de esclarecer qualquer dúvida relativa à presente investigação

SIM__ NÃO__

Fui informado/a que a minha participação é de carácter voluntário

SIM__ NÃO__

Tenho conhecimento que os dados serão usados apenas para fins de investigação científica

SIM__ NÃO__

Compreendi e aceito as condições inerentes à presente investigação

SIM__ NÃO__

Assinatura do/a participante: _____

Anexo 7. Compromisso de Confidencialidade dos Dados de Investigação

A presente investigação é desenvolvida no âmbito do Mestrado Integrado em Psicologia da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto sob a orientação do Prof. Doutor Nuno Santos Carneiro, e tem como principal objetivo **aprofundar diferentes dimensões dos trajetos de vida gays e lésbicas**. Sublinha-se que **os dados recolhidos serão tornados anónimos** e que toda a informação recolhida será tratada de modo absolutamente **confidencial**, destinando-se exclusivamente a fins científicos, e não havendo qualquer identificação dos sujeitos participantes. Mediante solicitação é disponibilizado aos/às participantes o acesso aos resultados dos estudos integrados nesta investigação.

Ana Filipa Pereira

Data: ____ - ____ - ____